

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Детский сад № 222»

СОГЛАСОВАНО:
на Педагогическом совете
протокол № 3 от 22.08.2024

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 222»
от 11.09. 2024 № 114осн.
_____И.Н. Дронова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Дошкольная, современная, профессиональная хореография»
для детей 3 - 4 лет

Автор составитель:
Старцева Анастасия Сергеевна,
педагог дополнительного образования

г. Барнаул 2024

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| 1. Пояснительная записка | |
| 1.1. Направленность, актуальность Программы | 3 |
| 1.2. Цель и задачи Программы | 4 |
| 1.3. Принципы и подходы к формированию Программы | 4 |
| 1.4. Порядок реализации Программы, структура занятий | 5 |
| 1.5. Возрастные особенности воспитанников | 6 |
| 1.6. Планируемые результаты освоения Программы | 7 |
| 2. Содержательный раздел | |
| 2.1. Содержание курса Программы | 9 |
| 2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы | 13 |
| 3. Организационный раздел | |
| 3.1. Учебно – тематическое планирование | 13 |
| 3.2. Учебный план | 15 |
| 3.3. Календарный учебный график | 19 |
| 3.4. Материально-техническое обеспечение Программы | 22 |
| 3.5. Взаимодействие с родителями | 23 |
| 3.6. Учебно – методическое обеспечение Программы | 23 |
| 4. Лист внесения дополнений и изменений | 25 |

1. Пояснительная записка

1.1. Направленность, актуальность Программы

Дошкольный возраст - один из наиболее важных периодов в жизни каждого человека. В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста средствами хореографического искусства. Так же на создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Данная программа призвана воспитывать хореографическую культуру и прививать начальные навыки в искусстве танца.

Сегодня, как никогда, актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста, оптимизация развития опорно-двигательного аппарата ребенка, формирование правильной осанки дошкольников. Занятия по обучению хореографии совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Занятия дают организму физическую нагрузку и побуждают воспитанника к достижению успеха. Используемые движения, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Весь процесс физического напряжения проходит на фоне специально подобранного музыкального материала, который стимулирует воспитанников на двигательную активность, вызывая желание многократно повторять движения под музыку.

Актуальность программы характеризуется и тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии уже в дошкольном возрасте.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель программы: создание оптимальных условий для всестороннего развития личности дошкольника средствами танцевальных движений и танцевально-игровых упражнений, пробуждение в детях стремления к прекрасному, интереса к музыкальному и танцевальному творчеству.

Задачи:

Образовательные:

1. Познакомить воспитанников с миром хореографического искусства, его историей.
2. Изучить основные понятия и термины.
3. Научить ориентироваться в разнообразии танцевальных жанров.

Развивающие:

1. Укреплять здоровье: способствовать формированию правильной осанки, развитию опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, совершенствованию работы органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма воспитанника.
2. Создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя для выполнения движений танца.
3. Совершенствовать психомоторные способности дошкольников: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые качества, координационные способности; содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой, развивать ручную умелость и мелкую моторику.
4. Развивать творческие способности: мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, кругозор, навыки самостоятельного выражения движений под музыку.

Воспитательные:

1. Воспитывать у детей чувство музыкального и художественного вкуса в мире музыки и танца.
2. Формировать у детей любовь к искусству музыки и танца, трудолюбие и чувство товарищества, целеустремленность в достижении поставленной цели, инициативу и уверенность в себе, даже если воспитанник не обладает выдающимися хореографическими данными.
3. Учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.
4. Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

1. Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка, его личности.

2. Принцип единства воспитательных, развивающих и образовательных целей, в процессе реализации которых учитываются интересы и способности воспитанников.
3. Принцип научной обоснованности и практической применимости.
4. Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Этот принцип дает возможность развивать в единстве эмоциональную, познавательную и практическую сферы личности ребенка.
5. Принцип гуманизации – признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка.
6. Комплексно-тематический подход к построению образовательного процесса.
7. Системный подход формирования программы, в которой все компоненты взаимосвязаны и взаимозависимы.
8. Подход «от простого к сложному», который пронизывает все структурные части занятий во всех возрастных группах.

1.4. Порядок реализации Программы, структура занятий

Специфика обучения хореографии детей дошкольного возраста состоит в том, что образовательный процесс идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу, переводя его на более высокий уровень, на новом более насыщенном музыкальном материале с учетом возрастных особенностей воспитанников.

Занятия по обучению хореографии проводятся 2 раза в неделю с 1 октября по 31 мая. Время занятий соответствует документу: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» и составляет в младшей группе – 15 минут.

Программа рассчитана на обучение детей с 3 до 4 лет.

Количество часов на реализацию: занятия проводятся 2 раза в неделю, общее количество – 64 часа в учебном году в каждой возрастной группе.

Форма реализации: обучение детей проходит на специально организованных занятиях во второй половине дня.

Для успешного освоения движений и организации учебного процесса, на занятиях вводится специальная танцевальная форма. Для девочек: белый гимнастический купальник, юбка-солнце шифоновая любого цвета, белые балетки или чешки, белые носки или лосины, волосы собраны. Для мальчиков: белая футболка, черные шорты, черные балетки или чешки, белые носки.

Структура занятий во всех возрастных группах одинакова, так как предмет хореографии имеет свою специфику, актуальную для любого возраста, уровня знаний и навыков.

Занятие состоит из:

- Разминки – выполняется в виде небольшой танцевальной зарисовки под популярную детскую песенку, в которой проводится подготовка всех частей опорно-двигательного аппарата к дальнейшим более сложным элементам. Продолжительность – от 2 до 5 минут.

- Основной части – изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность – от 5 до 10 минут.

- Завершающей части – танцевальной игры на развитие различных навыков, например, умения импровизировать под музыку; или комплекса хореографических упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Продолжительность – от 2 до 5 минут.

Формы подведения итогов по дополнительной образовательной программе «Обучение хореографии» для детей дошкольного возраста:

- проведение открытых занятий с приглашением родителей;
- участие в праздничных утренниках;
- проведение отчетного концерта в конце года.

1.5. Возрастные особенности воспитанников

Знание возрастных особенностей детей даёт возможность находить более эффективные способы управления психическими процессами ребёнка, в том числе и в процессе обучения хореографии.

В дошкольном детстве ребёнок проявляет большое стремление к самостоятельности, к разнообразным действиям и видам деятельности. У детей появляются музыкальные интересы, иногда к какому-то из видов музыкальной деятельности или к отдельному музыкальному произведению. В это время происходит становление всех основных видов музыкальной деятельности: восприятие музыки, пение, музыкально-ритмическое движение. В дошкольном периоде дети различных возрастов значительно отличаются по своему развитию. Поэтому в дошкольный период обучения хореографии дети делятся на группы в соответствии с возрастом воспитанников: от 3 до 4 лет, от 4 до 5 лет, от 5 до 6 лет, от 6 до 7 лет. Рассмотрим их особенности.

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет

Дети 3-4 лет находятся в переходном периоде — от раннего детства к дошкольному. Еще сохраняются черты, характерные для предыдущего возрастного периода, но уже происходит переход от наглядно-действенного мышления к наглядно-образному, укрепляется организм, улучшаются функции мышечно-двигательного аппарата. У детей появляется желание танцевать и активно действовать. Умение выполнять несложные движения

под музыку дает ребенку возможность более самостоятельно двигаться, выполнять элементарные танцевальные движения, что доставляет им большую радость. Возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие танцевальных движений пока невелики. На занятиях с детьми от 3 до 4 лет педагог принимает активное участие, находясь в непосредственной близости от детей и вместе с ними, как в танцах, так и в упражнениях. Нередко даже выступления на мероприятиях не обходятся без участия педагога в танцевальном номере. Это стимулирует и поддерживает детей, способствует снятию напряжения и стеснения.

1.6. Планируемые результаты освоения Программы

В соответствии с поставленными целями и задачами программы по обучению хореографии после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты в соответствии с возрастной группой воспитанников.

К концу обучения в возрастной группе от 3 до 4 лет обучающийся:

- будет иметь первоначальные представления о специфических особенностях занятий по хореографии: зачем нужна форма на занятии, поклон и др.;
- овладеет понятиями: танец, танцевальное движение, вступление, поклон;
- научится повторять движения за педагогом, подражать его манере;
- научится слушать музыку, слова песен и танцевать в соответствии с музыкой и словами в песнях;
- будет стремиться выразительно исполнять элементарные танцевальные движения, координировать свои движения во время танца, передавать в движении характер музыки и персонажей из песен;
- получит навыки элементарных танцевальных движений с атрибутами;

У обучающегося:

- будет сформирована устойчивая потребность в танцевальном движении, желание достигать успеха в исполнении танцевальных движений;
- будет развито желание продемонстрировать свои достижения зрителям;

В широком смысле результатом освоения программы является развитие у ребенка позиции активного участника, исполнителя-создателя хореографических элементов и даже целых танцевальных номеров для того, чтобы посредством танца выразить себя, свои эмоции и чувства, испытываемые под впечатлением того или иного музыкального произведения. Ребенок испытывает эмоциональный подъем от участия в танцевальных номерах, где может продемонстрировать умения и навыки, полученные на занятиях по хореографии.

В начале, середине и конце учебного периода проводится мониторинг (диагностика), целью которой является: выявление уровня развития чувства ритма, навыков мышечной памяти, композиции танца (ориентировка в сценическом пространстве), танцевального творчества.

Процесс проведения мониторинга:

Педагог предлагает воспроизвести несложную танцевальную комбинацию сначала по показу, а затем самостоятельно. Можно дать задание на самостоятельное воспроизведение ребенком танцевальной комбинации из любого танцевального номера или раздела Танцевальные образы, подсказывая по необходимости порядок исполнения основных элементов.

Затем дает задание на воспроизведение ритмического рисунка. Это может быть отстукивание стопами (3-4 года) или отстукивание + ритмические хлопки в виде небольшой комбинации.

Задание на композицию может проводиться в виде исполнения хоровода с использованием карточек-заданий с изображением композиционных фигур танца. В возрастной группе 3-4 года определяется методом наблюдения по ходу занятия, во время игры Иголочка-ниточка.

В завершающей части педагог предлагает танцевать самостоятельно под музыку, не звучавшую ранее на занятиях. Обучающийся импровизирует.

Уровни освоения программы:

Низкий: ребенок не испытывает эмоционального отклика, отказывается выполнять «танцевальные образы» или другие танцевальные элементы, не запоминает порядок движений в комбинациях, затрудняется в повторении ритмического рисунка движения, путается в выполнении элементов и заданий в разделе «композиция». Проявляет минимальную творческую активность.

Средний: ребенок выполняет простые танцевальные движения, при исполнении более сложных испытывает трудности, ожидает помощи педагога или ориентируется на исполнение других ребят из группы. Движения выполняет ритмично, но при неоднократном повторении. Задания в разделе «танцевальные игры» выполняет несколько пассивно, не стремится быть лучшим, ярким участником импровизаций, не проявляется активности при выборе ведущего для той или иной игры.

Высокий: ребенок понимает способ исполнения того или иного движения, умеет выполнять движения без показа педагога. Проявляет инициативу и творческие способности в импровизациях, стремится быть ведущим в играх. Движения выполняет ритмично, чувствует характер музыки. Хорошо ориентируется в пространстве и композиции танца или хоровода.

Мониторинг формирования навыков и умений детей по
дополнительной платной образовательным услугам

| № | Ф.И. обучающегося | Параметры | | | | | | | |
|---|----------------------|------------------|--------|--------------------|-------|------------|------|----------------------------|------|
| | | чувство ритма | | мышечная память | | композиция | | танцевальное творчество | |
| | | н г | к г | н г | к. г. | н г | к.г. | н.г. | к.г. |
| 1 | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | |
| | ИТОГО | | | | | | | | |

Условные обозначения: н г - начало года, к г - конец года.

В - высокий уровень, С – средний уровень, Н - низкий уровень.

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание курса Программы

Хореография является инновационным направлением в укреплении здоровья и обладает следующими признаками инновационности (циклическостью развития, связью со временем и культурой, новизной качества, широкой информативностью и внедрением, системным преобразованием, энергозатратностью). Включает в себя не просто репетиционные занятия, а занятия, которые проводятся в игровой форме и включают в себя элементы современной гимнастики, акробатики, йоги.

Хореография отвечает всем современным требованиям и идеологическим установкам, нашедшим своё отражение и в системе физкультурного развития детей - антропоцентризму, гуманизации, демократизации, диверсификации.

Данная программа направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребёнка, но и на развитие творческих способностей детей с разными физическими способностями.

В программу включен разработанный практический и теоретический материал, новые компоненты.

Форма физических нагрузок является менее травматичной (т.е. более безопасной), чем профессиональные тренировки в танцевальных секциях.

Для каждой группы детей по медицинским показаниям с учетом темперамента подбирается индивидуальная программа упражнений детской хореографии, выполняя которую ребёнок будет чувствовать себя наиболее комфортно. Это музыкально - ритмичные игры, системное повторение

упражнений. Для занятий детской хореографией практически не существует противопоказаний.

Занятия по длительности не превышают нормы СанПиН, не вызывают усталости у ребёнка. Упражнения подобраны таким образом, что в группе не бывает «лучших», «худших». Методика основана на индивидуальном походе к личности каждого ребёнка в группе. Во время занятий дети играют, танцуют, поют и с лёгкостью выполняют даже сложные для них физические упражнения. По особым критериям подбирается музыка.

Данная программа удовлетворяет потребности каждого ребёнка в физической активности, повышает интерес к музыкально-ритмическим упражнениям, приобщает к здоровому образу жизни.

Практическая значимость программы по детской хореографии состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующих укреплению здоровья.

Основу программы составляют двигательные действия, поддерживающие на оптимальном уровне работу сердечно - сосудистой, дыхательной и мышечной систем. Программа по хореографии способствует формированию у детей знаний и двигательных умений, и навыков; она основана на сочетании ритмичной, эмоциональной музыки и танцевального стиля, что делает занятия привлекательными. Хореография для дошкольников даёт возможность гармонично сочетать упражнения для развития таких качеств, как выносливость, координация движений, сила и гибкость. Данная программа предназначена для реализации в дошкольных учреждениях, в образовательную концепцию которых включена деятельность по физическому совершенствованию детей дошкольного возраста. Систематические занятия хореографией совершенствуют приспособительные механизмы организма, снимают нервно-психическое перенапряжение, улучшают процессы обмена веществ и кровоснабжения тканей и органов, что положительно отражается на физическом состоянии, самочувствии и работоспособности.

Музыкально - ритмические движения - это естественно-биологический метод, в основе которого лежит обращение к основной биологической функции организма - мышечному движению. Движение стимулирует процессы роста, развития и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Одним из путей решения этих проблем являются занятия хореографией.

Возрастная группа: дети дошкольного возраста от 3 до 4 лет.

Программа рассчитана на 1 год обучения в каждой возрастной группе.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, 8 занятий в месяц, 64 часа в год.

Продолжительность одного занятия: не более 15 минут.

В начале работы с младшими дошкольниками уделяется внимание освоению образно-игровых движений. На этих же упражнениях начинается развитие элементарных двигательных качеств: пластичности, ловкости, а также основных видов движений (бег, прыжки, ходьба и пр.). Для младших дошкольников на основе игровых упражнений вводятся и все остальные движения: общеразвивающие, основные, плясовые.

Постепенно исполнение различных видов двигательных упражнений приобретает более дифференцированный характер. Танцевальные композиции для старших детей также различаются по своей функциональной направленности и содержат разные типы двигательных упражнений.

Важно обращать внимание детей на характер исполнения «вхождение в образ», на необходимость после окончания звучания какое-то мгновение выдержать паузу, ощутить пережитое в музыке.

В процессе освоения двигательных упражнений дети постепенно начинают ориентироваться в пространстве зала. Научить детей самостоятельно ориентироваться в пространстве зала - одна из сложных задач, решение которой требует систематического повторения.

Процесс разучивания танцевальных композиций основан на сотрудничестве детей и взрослого. Наиболее оптимальной формой обучения является игровое общение с детьми. Сам педагог стремится получить удовлетворение от музыки, движений, от общения с детьми. Это способствует эмоциональному «заряжению», установлению теплой, дружественной атмосферы на занятиях, снятию психологических комплексов, чувства неуверенности.

В процессе изучения нового материала наиболее актуальными являются:

- а) заинтересовывание новой композицией;
- б) максимальная концентрация внимания детей;
- в) активизация детей с учетом индивидуальных особенностей.

Из многообразия существующих способов вызвать у детей интерес к новому материалу педагог выбирает наиболее оптимальные, соответствующие личности самого педагога, а также возрастным и индивидуальным особенностям своих воспитанников. Это могут быть загадки, сюрпризы, обращение к любимым персонажам и героям мультфильмов и т.д. Активизация внимания достигается за счет выполнения движений по показу. В процессе подражания дети внимательно следят за движениями педагога, их внимание полностью поглощено отражением действий взрослого. Темп и ритм движений, их последовательность, а также характер исполнения подчинены показу и звучанию музыки. В этот момент у детей тренируется скорость переключения движений, формируются умения и навыки, развивается слуховое восприятие, все виды памяти (мышечная, зрительная, слуховая). Полисенсорная основа (вижу, слышу, чувствую) способствует более эффективному и прочному

усвоению материала и гармоничному развитию ребенка. Педагог подбадривает детей, старается стимулировать творческую активность, подбирает образные сравнения, характеризующие игровой образ, внушает уверенность в собственных силах. В процессе наблюдения педагог определяет те виды упражнений, которые вызывают у детей затруднения, Их можно сразу показать в медленном темпе под счет, используя приемы словесного объяснения в сочетании с музыкой. А затем снова детям предлагается исполнить всю композицию от начала до конца. Если некоторые сложные движения совсем не получаются у детей, то можно их заменить на более простые.

Педагогу следует акцентировать внимание не столько на ошибках исполнения, сколько на характере движений, отражающих музыкально-игровой образ и ориентироваться на поиске приемов, облегчающих детям освоение движений.

Чтобы добиться успеха, необходимо вначале уделить внимание формированию у ребенка установки на исполнение композиции. Важно «зацепить» интересы детей, их жизненный и игровой опыт, как бы перекинуть «мостик» от музыки и содержания композиции к интересу ребенка, его индивидуальности и вызвать желание «войти в образ», показать его в пластике. Разнообразные танцевальные композиции требуют разных установок, опоры на различные образы.

После освоения комплекса основных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. Определяя танцевальную композицию для любой возрастной группы, необходимо проанализировать следующие параметры:

- координационную сложность движений;
- объем движений;
- переключаемость движений;
- интенсивность нагрузки.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

| Начальный этап - обучение упражнению, отдельному движению. | Этап углубленного разучивания упражнений, движений. | Этап закрепления и совершенствования упражнения, движения. |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - название движения; - показ; - объяснение техники; - опробование движений. | <ul style="list-style-type: none"> - уточнение двигательных действий; - понимание закономерностей движения; - усовершенствование ритма; - свободное и слитное | <ul style="list-style-type: none"> - выполнение движений более высокого уровня; - использование движения в комбинации с другими движениями; - формирование индивидуального |

| | | |
|--|--|--------|
| | выполнение движения; -закрепление двигательного навыка; | стиля. |
|--|--|--------|

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы.

Формы реализации программы:

- групповая – до 20 человек.

Методы реализации программы:

- словесный - устное изложение, беседа и т. д.;

- наглядный - показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом;

- практический – выполнение движений, упражнений;

- метод сотворчества – педагог побуждает детей к придумыванию своих танцевальных движений для танцев.

Средства реализации программы:

- яркий показ педагога не только движений, но и эмоций в танце;

- набор основных движений для постановки корпуса, развития мышечной силы, развития подвижности суставов и др.;

- атрибуты;

- танцевальные игры и танцевальные образы как игровое средство научения танцевальному движению и импровизации;

- набор музыкального материала, применяемый в соответствии с возрастными особенностями группы и уровнем подготовленности обучающихся.

3. Организационный раздел

3.1. Учебно – тематическое планирование

Специфика хореографии предполагает повторяемость материала, его цикличность с постепенным усложнением элементов в каждом последующем учебном цикле. В связи с этим, темы в разных возрастных группах почти не меняются, меняется лишь степень сложности исполнения.

Темы для всех возрастных групп:

Тема – Вводное занятие.

Познакомиться с детьми, объяснить правила поведения на занятии, изучить поклон. Познакомить детей с основными понятиями.

Тема – Формирование танцевальной техники:

- упражнения для выработки правильной постановки корпуса;

- упражнения для стоп;

- элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела;

- элементарный стретчинг – вариация классической растяжки в более атравматичном варианте соответственно возрастным особенностям обучающихся (начиная с возраста 4-5 лет);
- основные танцевальные движения, соединение движений в небольшие танцевальные композиции;
- основные движения детского танца с предметом (4-5 лет);
- элементарные движения в паре (4-5 лет);
- упражнения для развития плавности движений рук, упражнения для развития фиксации положений ног и корпуса, подтянутости (с 5-6 лет);
- основы исполнения стилей танца «джаз» и «модерн» (6-7 лет);
- основные движения стиля танца «хип-хоп» (6-7 лет);
- изучение элементарных акробатических трюков современного детского танца (6-7 лет).

Тема – Танцевальные образы.

Упражнения на развитие мышечной силы, гибкости, растяжки и т.д.. При проведении этой части занятия используется исключительно игровая форма, чтобы стимулировать детей к выполнению элементов, требующих не малых для ребенка физических усилий.

Тема – Танцевальные игры.

Завершающая часть занятия. Делает акцент на развитии эмоциональной отзывчивости, воображения, умения импровизировать и т. д. В итоге ребенок уходит в группу, получив не только знания, но и хорошее настроение.

Тема – Постановка танцевальных номеров (три номера в учебном году), начиная с 4-5 лет.

Тема – Подготовка и проведение творческого отчета.

Темы для определенных возрастных групп:

3-4 года:

Тема: Танцы для малышей.

В первые месяцы используются простейшие песенки, позволяющие легко проиллюстрировать слова песни в движении. Постепенно переходим на более сложные мелодии с проигрышами и убыстрением темпа.

Тема: Танцуем как артисты.

Учимся эмоционально танцевать. Используя знакомые танцы для малышей, добавляем эмоциональную окраску. Учим лицом изображать во время танца эмоции главных действующих персонажей.

6-7 лет:

Тема: Творчество в танце.

Выполнение заданий на раскрытие того или иного образа под характерную музыку.

Основные понятия хореографического искусства, используемые в программе: танец, поклон, разминка, круг, линия, диагональ, разноброс, танцевальный шаг, танцевальный бег, стретчинг, подтянутость, прыжок, осанка, атрибут, подъем, образ, жест, композиция, джаз, модерн, хип-хоп, трюк, импровизация, комбинация.

3.2. Учебный план

Учебный план по обучению хореографии детей группы от 3 до 4 лет

| Перечень основных тем и разделов программы | Количество учебных часов | | | Формы аттестации/контроля |
|--|--------------------------|--------|----------|---------------------------|
| | всего | из них | | |
| | | теория | практика | |
| Тема 1. Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 | |
| Тема 2. Формирование танцевальной техники. | 20 | 2 | 18 | |
| Тема 3. Танцы для малышей. | 24 | 2 | 22 | выступление на утренниках |
| Тема 4. Танцевальные образы. | 6 | 1 | 5 | |
| Тема 5. Танцевальные игры. | 4 | 1 | 3 | |
| Тема 6. Танцуем как артисты. | 4 | 1 | 3 | выступление на утренниках |
| Тема 7. Подготовка и проведение творческого отчета. | 4 | 1 | 3 | творческий отчет |
| Итого за период | 64 | | | |

Содержание учебных тем.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Рассказать о культуре поведения на занятии, основных правилах. Познакомить детей с понятием «танец».

Практика.

Приветствие-поклон: «раз-два»-поднять одну руку четко вверх, «три-четыре»-резко поднять вторую руку, «пять-шесть-семь-восемь»-опустить корпус до упора вниз вместе с руками.

Танцуем элементарные подготовительные движения под простейшие мелодии.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

Упражнения для выработки правильной постановки корпуса – объяснить зачем нам нужно держать корпус ровно, как важно повторять специальные упражнения.

Упражнения для стоп.

Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела.

Основные танцевальные движения – объяснять, что значит выполнять движение «по-танцевальному», чем оно отличается от физкультурного.

Учить останавливаться во время танца, не сталкиваясь с другими детьми.

Учить не разъединять ноги во время прыжка.

Практика.

«Прямая спинка» - ходьба по кругу с прямой спиной, руки на поясе, плечи расправлены.

«Деревья»: (выполняем движения согласно тексту, держать спину прямо) Я – сильный дуб, протягиваю руки-ветки к солнцу! Я – нежная тоненькая березка, опустила руки-ветки к земле (покачать руками). Я – печальная осинка, качаюсь на ветру (качаться с ноги на ногу). Я – мама-дерево, наклоняю голову к своему ребенку – маленькому деревцу. Я – веселая елочка, колючая иголочка (кружимся на полупальцах, руки вытянуты вниз). А все вместе – мы дружная семья деревьев (обняться всем).

«Достань до небушка» - вытягиваемся на полупальцы с поднятыми руками тянемся вверх под классическую музыку для малышей.

«Кошка» - выполняется под классическую музыку для малышей под речитатив хореографа: Осторожно словно кошка от дивана до окошка на носочках я пройду, лягу и в кольцо свернусь. А теперь пора проснуться, хорошенько потянуться. Я легко с дивана спрыгну, спинку я дугою выгну. И опять крадусь как кошка, лапки белые носочки.

«Солнышко» - сидим по кругу, ноги вытянуты в круг, как солнечные лучи, натягиваем носочки, острые как солнечные лучи, затем расслабляем носочки. под спокойную музыку.

Выполняются в партере.

Сидя на полу, ноги вытянуты – поднятие прямых ног – поднимаем мост, велосипед – поехали к бабушке на дачу.

Сидя на полу вытягиваем руки вверх, спину держим прямо – построили высокий дом.

Лежа на животе поднимаемся на руках, живот оставляем на полу – мышка выглядывает из норки.

Лежа на животе вытягиваем руки и ноги – натягиваем крепкую веревку.

Лежа на спине поднимаем голову и смотрим на носочки – где мои носочки, куда не убежали?

Лежа на спине поднимаем ноги вверх и трясем ими – жучок упал на спинку.

Бег «горошек» (на полупальцах).

Марш учим без движений рук: солдаты – четкий марш, важный кот – медленный марш, все под характерную музыку.

Приставной шаг изучаем по кругу, шаг в круг, затем приставка, шаг из круга и снова приставка – сначала под медленную, потом под быструю музыку.

Прыжки на двух ногах – берем воображаемый клей, «склеиваем» ноги и прыгаем.

Шаг с натянутого носка.

Топотушки лицом вперед и спиной вперед, выбрасывание ног.

Тема 3. Танцы для малышей.

Теория.

Используя современные детские песенки, сначала «танцуем» по тексту. Далее включаем в занятие музыку без слов.

Практика.

Примеры песенок: У жирафа пятна-пятнышки везде, Червячки, Ежик, Мышь полезла в первый раз, песни из репертуара Железновых.

Более сложные мелодии, например, жуки (музыка в стиле рок-н-ролл), фиксика, собачки, птички.

Тема 4. Танцевальные образы.

Теория.

Выполняем по одному-два образа на занятии, объясняем как правильно делать.

Практика.

«Осенние листочки» - Мы – листики осенние. На листочках сидели, дунул ветер – полетели. (бег по кругу на носочках) И на землю все присели (остановиться и сесть на корточки). Ветер снова набежал и листочки приподнял (круговые движения руками, подняться). Повертел их, покружил, и на землю опустил (кружиться на носочках, остановиться, руки вдоль корпуса). Ветер северный подул и все листья быстро сдул (покачались, изображая дерево, размахивая руками-ветками). Полетели, закружились и на землю опустились (бег по кругу на носочках, сели на корточки). Дождик стал по ним стучать – кап-кап-кап (стучим пальчиками по полу, соблюдая ритм). Град по ним заколотил, листья все насквозь пробил! (стучим ритмично кулачками по полу). Снег потом припорошил, одеялом их укрыл (ложимся, листики уснули под снегом).

«Кузнечики»: опустите плечики, прыгайте, кузнечики! прыг-скок! прыг-скок! прыг-прыг-прыг! скок-скок-скок! Стоп! Сели! Травушку покушали, тишину послушали.... Выше! выше! высоко! прыгать снова нам легко!

«Листопад»: Утром мы во двор идем. Листья сыплются дождем. Под ногами шелестят и летят, летят, летят (произвольное передвижение по залу с атрибутами-листочками, под спокойную музыку).

«В лесу»: Руки подняли и помахали – это деревья в лесу. Локти согнули, кисти встряхнули – ветер сбивает росу. Плавно руками помашем – это к нам птицы летят. Как они сядут покажем, крылья сложили назад.

«Вороны»: Вот под елочкой зеленой скачут весело вороны. Целый день они летали и покушать добывали. Только к ночи умолкают и все вместе засыпают.

«Птичка-невеличка»: Села птичка на окошко (Дети стоят врассыпную по залу, ноги вместе, руки в стороны, имитируют маленькие крылышки у птички). Посиди у нас немножко, Посиди, не улетай, Улетела птичка, ай! (прыжки на двух ногах, ритмично под музыку, слегка помахивая крылышками, на слово «Ай» хлопнуть в ладоши) Села птичка на ладошку. Посиди у нас немножко. Посиди, не улетай, Улетела птичка, ай! (держат правую руку перед собой, вверх ладонью, указательным пальцем левой руки стучать по правой ладошке. На слово «Ай», хлопнуть в обе ладошки).

Тема 5. Танцевальные игры.

Теория.

Объясняем правила поведения во время танцевальных игр.

Практика.

«Найди свое место» - играющие становятся по кругу или в линии, или в произвольном построении. под веселую музыку дети прыгают, ходят на носочках – шаг задается хореографом. Как только музыка замолкает, нужно занять свое место.

"Иголочка — ниточка" — играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Педагог - водящий встает впереди: он — иголочка, а дети - ниточка. Куда иголка идет — туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, стараясь запутать детей, идет "змейкой" по кругу и т.д. Игра выполняется под спокойную музыку, развивает ориентировку в пространстве и чувство коллектива, учит детей правильно ходить друг за другом, держась за руки.

Тема 6. Танцуем как артисты.

Теория.

Используя знакомые танцы для малышей, игровыми приемами добавляем эмоциональную окраску движениям и эмоциям.

Практика.

Учим лицом изображать во время танца эмоции главных действующих персонажей. Например, в танце «Ежик» улыбаемся, но когда поется про лису, показываем лицом, как страшно ежику, как он боится лису. Также добавляем эмоциональную окраску движениям, учим детей танцевать более ярко, выразительно.

Тема 7. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

Повторение всех основных элементов структуры урока. Отбор наиболее выигранных, зрелищных по эмоциональной составляющей, танцев из репертуара.

Репертуар для открытого занятия: качели, арбузики, губки бантиком, зайчик шнуфель, кашка, ляли поп, часы, малыши-карандаши, песня о морковке и др.

Практика.

Учитывая особенности данной возрастной группы, отработка движений строится на игровых методах и приемах, основанных на образной подаче материала. Все движения выполняются под веселую яркую музыку.

Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства.

Структура открытого занятия: Построение круг, педагог принимает активное участие. Поклон. Разминка. Танцевальные упражнения. Танцы для малышей. Поклон.

3.3. Календарный учебный график.

Календарный учебный график по обучению хореографии детей группы от 3 до 4 лет

| ме-сяц | № занятия | форма занятия | тема занятия |
|---------|-----------|-----------------|--|
| Октябрь | 1 | вводное занятие | Поклон. Разминка. Упражнение «Прямая спинка». Танец для малышей «У жирафа». |
| | 2 | вводное занятие | Поклон. Разминка. Упражнение «Прямая спинка». Танец для малышей «У жирафа» |
| | 3 | тренировка | Поклон. Разминка. Упражнение для постановки корпуса «Деревья». Танец для малышей «Ежик». |
| | 4 | тренировка | Поклон. Разминка. Упражнение для постановки корпуса «Деревья». Танец для малышей «Ежик». |
| | 5 | тренировка | Поклон. Разминка Танцы для малышей: червячки, поезд. |
| | 6 | тренировка | Поклон. Разминка Танцы для малышей: червячки, поезд, мышка. |
| | 7 | тренировка | Поклон. Разминка Упражнение «Достань до небушка». Танцы для малышей: червячки, поезд, мышка. |
| | 8 | тренировка | Поклон, разминка. Комплекс упражнений для мышц и суставов сидя на полу. |
| ноябрь | 1 | тренировка | Поклон, разминка. Танц. образ «Осенние листочки». |
| | 2 | | Повтор и закрепление изученных упражнений . |
| | 3 | тренировка | Поклон. Разминка. Комплекс упражнений для мышц и суставов лежа на животе. Танц. образ |

| | | | |
|---------|---|------------|--|
| | | | «Осенние листочки». |
| | 4 | тренировка | Поклон. Разминка. Комплекс упражнений для мышц и суставов сидя на полу и лежа на животе. Любой танец для малышей |
| | 5 | тренировка | Поклон. Разминка. Марш. Бег «горошек». Танц. образ «Кузнечики». |
| | 6 | тренировка | Поклон. Разминка. Марш, приставной шаг, прыжки на двух ногах. Танц. игра «Найди свое место». |
| | 7 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, приставной, топотушки. Танц. игра «Найди свое место». |
| | 8 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, приставной, топотушки. Танц. образ «Кузнечики». |
| | | | |
| декабрь | 1 | | Поклон. Разминка. Соединение движений в небольшие танцевальные композиции. Танц. образ «Листопад». |
| | 2 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. образ. |
| | 3 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. образ. |
| | 4 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. игра. |
| | 5 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. игра |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Отработка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. образ. |
| | 7 | тренировка | Поклон. Разминка. Подготовка к выступлению. «Зайчики», «Снежинки». |
| | 8 | | Выступление на новогоднем утреннике с танцем «Зайчики», «Снежинки». |
| январь | 1 | тренировка | Поклон. Разминка. Повторение ранее изученных танцев для малышей. |
| | 2 | тренировка | Поклон. Разминка. Повторение основных танцевальных упражнений и танцевальных движений. Танц. образ «В лесу». |
| | 3 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцы для малышей: часики, малыши-карандаши. Танцуем как артисты. Танц. образ «В лесу» |
| | 4 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцы для малышей: часики, малыши-карандаши. Танцуем как артисты. Танц. образ «Вороны». |
| | 5 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: шаг с натянутого носка, топотушки вперед лицом и вперед спиной. Танц. образ «Вороны». |
| | 6 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцы для малышей: качели, кашка. Танцуем как артисты. |

| | | | |
|---------|---|------------|---|
| | 7 | репетиция | Поклон. Разминка. Танцы для малышей. |
| | 8 | тренировка | Поклон. Разминка. Повтор основных тренировочных упражнений для осанки, стоп и силы мышц |
| февраль | 1 | тренировка | Поклон. Разминка. Повтор основных тренировочных упражнений для осанки, стоп и силы мышц. |
| | 2 | репетиция | Поклон. Разминка. Танцы для малышей повторение ранее изученных. Танц. образ «Птичка-невеличка». |
| | 3 | репетиция | Поклон. Разминка. Танцы для малышей повторение ранее изученных. Танц. образ «Птичка-невеличка». |
| | 4 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра. |
| | 5 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра. |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. образ. |
| | 7 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра. |
| | 8 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра. |
| март | 1 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра. |
| | 2 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра. |
| | 3 | | Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. образ. |
| | 4 | | Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки, Лошадки, Поезд, Котята. |
| | 5 | | Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки, Лошадки, Поезд, Котята. |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки, Лошадки, Поезд, Котята. |
| | 7 | репетиция | Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки, Лошадки, Поезд, Котята. |
| | 8 | репетиция | Поклон. Разминка. Танцы для малышей: антошка, котята, мишки гамми, матрешки. |
| апрель | 1 | | Поклон. Разминка. Повтор основных тренировочных движений и упражнений. Танц. образ, танц. игра. |
| | 2 | | Поклон. Разминка. Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений. Танц. образ. |
| | 3 | репетиция | Поклон. Разминка. Повторение ранее изученных танцев для малышей. |
| | 4 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ. |

| | | | |
|-----|---|-----------|--|
| | 5 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ. |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ. |
| | 7 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ. |
| | 8 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ. |
| май | 1 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Ладощка». Танц. образ. |
| | 2 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Ладощка». Танц. образ. |
| | 3 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Ладощка». Танц. образ. |
| | 4 | репетиция | Поклон. Разминка. Подготовка к открытому занятию, отбор наиболее ярких танцев для малышей. |
| | 5 | репетиция | Поклон. Разминка. Подготовка к творческому отчету, отбор наиболее ярких танцев для малышей. |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повторение танцев «Губки бантиком», «Ладощка», «Фиксики». |
| | 7 | репетиция | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повторение танцев «Губки бантиком», «Ладощка», «Фиксики». |
| | 8 | | Творческий отчет. |

3.4. Материально-техническое обеспечение Программы

Учебно-материальная база:

- музыкальный или спортивный зал;
- музыкальный центр;
- аудиозаписи, соответственно плану программы;
- видеозаписи для ознакомления с миром танца;
- атрибуты и костюмы для танцевальных номеров.

Необходимая форма для занятий по хореографии:

Для девочек: белый гимнастический купальник, юбка-солнце шифоновая любого цвета. Белые балетки или чешки, белые носки или лосины. Волосы собраны.

Для мальчиков: белая футболка, черные шорты, черные балетки или чешки, белые носки.

3.5. Взаимодействие с родителями.

Работа с родителями воспитанников в процессе обучения хореографии проходит поэтапно. На первом этапе, подготовительном, проводится анкетирование с целью выявления заинтересованности родителей на получение дополнительной образовательной услуги по программе «Обучение хореографии» и возможностей сотрудничества по данному направлению. Затем проводится родительское собрание с целью непосредственного вовлечения родителей в процесс обучения хореографии детей, проходит обсуждение необходимых условий и возможностей для осуществления образовательной деятельности:

- обсуждение с родителями детей вопросов, связанных с реализацией программы, основных целей программы;
- создание условий для обучения: какая будет форма, необходимые атрибуты, участие в подготовке оформления танцевальных номеров;
- взаимодействие с семьей: возможное участие родителей или родственников в танцевальной деятельности, выступлениях, открытых занятиях;
- организационные моменты: расписание, оплата, структура занятий.

После формирования групп и утверждения расписания, устанавливаются информационные материалы в группах. Это могут быть папки-передвижки, где располагается информация о расписании, оплате, полезные тематические материалы для родителей воспитанников.

В течение учебного года по запросам родителей оказываются консультации, информационная поддержка по вопросам индивидуальных достижений воспитанников, их индивидуального творческого развития. Открытые занятия проводятся с приглашением родителей, а так же с непосредственным их участием. Так же поощряется и стимулируется желание ребенка выступить перед зрителями в домашних условиях.

3.6. Учебно – методическое обеспечение Программы

В основе программы – личный опыт автора. Отдельные упражнения и танцевальные разработки были взяты из следующих авторских и парциальных программ и пособий:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000.
2. Бриске И. Э. Мир танца для детей. Челябинск, 2005.
3. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста «Ритмическая мозаика», 2006.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. СПб: Диамант, 1997.
5. Козлов В., Гиршон А., Веремеенко Н. Интегративная танцевально – двигательная терапия, изд. 2-е, СПб: Речь, 2006.
6. Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1
7. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль, 2004.

8. Сауко Т., Буренина А. Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2 – 3 лет, СПб, 2001.
9. Скрипниченко Е.В. Программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет «Чудо-ритмика», Соликамск, 2010.
10. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. Москва: Линка – Пресс, 2006.
11. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Са-фи-дансе: танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб.: «Детство - пресс», 2003.

4. Лист внесения дополнений и изменений.