

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 4 - 5 лет

Автор составитель:
Старцева Анастасия Сергеевна,
педагог дополнительного образования

г. Барнаул 2024

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| 1. Пояснительная записка | 3 |
| 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 | 9 |
| 2.1. Содержание курса Программы | 9 |
| 2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы | 12 |
| | |
| 3. Организационный раздел | 13 |
| 3.1. Учебно – тематическое планирование | 13 |
| 3.2. Учебный план | 14 |
| 3.3. Календарный учебный график | 22 |
| 3.4. Материально-техническое обеспечение Программы | 28 |
| 3.5. Взаимодействие с родителями | 28 |
| 3.6. Учебно – методическое обеспечение Программы | 29 |
| | |
| 4. Лист внесения дополнений и изменений | 30 |

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 4-5 лет – 20 минут.

Программа рассчитана на обучение детей с 4 до 5 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 10 до 15 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 4 до 5 лет

Дети 4-5 лет проявляют большую самостоятельность и активную любознательность. Это период вопросов. Ребенок начинает осмысливать связь между явлениями, событиями, делать простейшие обобщения, в том числе и по отношению к музыке. Значительно укрепляется двигательный аппарат. Освоение основных видов движений (бег, танцевальные шаги, движения рук и др.) в процессе обучения хореографии дает возможность шире их использовать в подготовке танцевальных постановок. Дети способны запомнить последовательность движений, прислушиваясь к музыке, запоминая наизусть текст песни. Педагог продолжает принимать активное участие непосредственно во всех частях занятия, постепенно приучая детей самостоятельно танцевать и выполнять упражнения. Главное в этот период стремление детей к самостоятельности в танцах оформить свободным исполнением движений, выразительной подачей движения. Очень актуален в этом возрасте танец с предметом, танец в паре – такие виды танцев позволяют ребенку более

свободно чувствовать себя на сцене, снимать эмоциональное напряжение во время выступления.

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 4 до 5 лет обучающийся:

- будет обладать устойчивой установкой положительного отношения к занятиям по хореографии;
- будет иметь представление об основных правилах группового танца;
- овладеет понятиями: хореографическое искусство, артист балета, хореограф, синхронность, комбинация и др.;
- научится ориентироваться в основных композиционных построениях: круг, линия, колонна;
- будет ориентироваться в сценическом пространстве, выполняя элементарные композиционные перестроения по ходу танца;
- будет стремиться исполнять танцевальные движения синхронно, эмоционально выражать характер музыки или конкретного героя в танце.

У обучающегося:

- будет сформирована вовлеченность в танцевальную деятельность с атрибутами, будет проявляться к ним (атрибутам) выраженный интерес;
- будет воспитано уважение к правилам поведения на занятии, а так же понимание зачем нужна форма, поклон на занятии;
- будет развито ответственное отношение к выступлению перед зрителями в составе танцевальной группы.

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 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. 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

| № | Ф.И. обучающегося | Параметры | | | | | | | |
|---|-------------------|---------------|------|-----------------|------|------------|------|-------------------------|------|
| | | чувство ритма | | мышечная память | | композиция | | танцевальное творчество | |
| | | н. г. | к.г. | н.г. | н.г. | н.г. | н.г. | н.г. | н.г. |
| 1 | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | |
| | 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 «Обучение хореографии» 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 детской хореографией 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, развитие 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 7 лет.

Программа рассчитана на 1 год обучения в каждой возрастной группе.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, 8 занятий в месяц, 72 часа в год.

Продолжительность одного занятия: не более 30 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 выполнение движения; - закрепление двигательного навыка; | <ul style="list-style-type: none"> - выполнение движений более высокого уровня; - использование движения в комбинации с другими движениями; - формирование индивидуального 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, стречинг, подтянутость, прыжок, осанка, атрибут, подъем, образ, жест, композиция, джаз, модерн, хип-хоп, трюк, импровизация, комбинация.

3.2 Учебный план по обучению хореографии детей группы от 4 до 5 лет

| Перечень основных тем и разделов программы | Количество учебных часов | | | всего часов по разделам |
|--|--------------------------|--------|----------|---------------------------|
| | всего | из них | | |
| | | теория | практика | |
| Тема 1. Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 | |
| Тема 2. Формирование танцевальной техники. | 22 | 3 | 21 | |
| Тема 3. Постановка танцевальных номеров. | 22 | 3 | 21 | выступление на утренниках |
| Тема 4. Танцевальные образы. | 8 | 1 | 7 | |
| Тема 5. Танцевальные игры. | 4 | 1 | 3 | |
| Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета. | 6 | 1 | 5 | творческий отчет |
| Итого за период | 64 | | | |

Содержание учебных тем.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием «танец», объяснить что такое приветствие-поклон:

Практика.

Приветствие-поклон: «раз-два» - поднять вытянутые руки вверх, «три-четыре»- поворот вокруг себя на полупальцах, «пять-шесть-семь-восемь» - медленно опустить прямые руки вниз с наклоном корпуса, ноги вместе. Движения для разминки: повороты головы, наклоны корпуса вправо-влево, приседания, марш на месте, бег на месте, прыжки на месте ноги держать вместе.

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. Объяснить понятия: подъем, выворотность.

Элементарный стретчинг. Объяснить понятия «стретчинг».

Элементарные упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов.

Закрепление изучения порядка и качества движений в разминке.

Основные танцевальные движения. Познакомить детей с понятиями «танцевальный шаг», «танцевальный бег».

Элементарные движения в паре

Практика.

Первое упражнение для постановки корпуса: руки на поясе, локти держим точно в стороне, ходим по кругу с носочка с ровной спиной. Второе упражнение: полуприседания на месте, держим спину ровно.

Упражнения для стоп: положение сидя на полу, ноги вытянуты вперед. Первое упражнение для развития подъема стопы: «Раз-два»- натягиваем носочки, «три-четыре»- тянем носочки на себя. Далее чередуем: две ноги вместе, две ноги порознь (правая на себя, левая от себя).

Второе упражнение для развития выворотности стопы: «раз-два» - разворачиваем стопы и кладем мизинцы на пол, «три-четыре» - возвращаемся в исходное положение.

Стретчинг: сидя на полу, ноги вытянуть вперед, стараться положить корпус с вытянутыми руками на ноги. Сидя на полу, ноги вытянуты врозь, стараться положить корпус между ног, спину держать ровно.

В положении сидя, ноги вытянуты, поднимаем и опускаем натянутые ножки, опора на руки за спиной.

«Бревнышко» - лечь на спину и перекатываться с одного бока на другой, следить за тем, чтобы все части тела были натянуты и напряжены.

«Веребочка» - лежа на полу на животе, вытянуть руки и ноги, напрячь все тело, натянуть сжатые вместе носочки, натянуть пальцы рук, считаем до пяти.

Ускоряем темп воспроизведения движений, закрепляем их четкость и слаженность. Добавляем новые элементы: четкое движение плечами вверх-вниз, выполняем медленно через счет и быстро в каждый счет. Наклоны корпуса вправо влево выполняем с натянутой параллельно полу рукой. «Качалочка» - стоя в широкой позиции ног переносим вес с одной ноги на другую в глубоком приседе.

Шаг с высоким поднятием бедра, шаг на полупальцах, бег на полупальцах, бег с высоким поднятием бедра, приставной шаг. Выполняем под спокойную ритмичную музыку.

Познакомить воспитанников с понятием «парный танец», правилами поведения между партнерами в танце. Движения: кружения с различными положениями рук, перемена мест партнеров, движение в паре по кругу.

Тема 3. Постановка танцевальных номеров.

Теория.

Соединение движений в небольшие танцевальные комбинации. Танцевальный репертуар: «Большая стирка», «Далеко от мамы», «Чоколате» (новогодний танец).

Основы детского танца с предметом: научить правильно держать предмет, двигаться с ним на месте и в пространстве, а так же эмоционально взаимодействовать с ним.

Практика.

Композиция «Большая стирка»: Выполняется под веселую ритмичную музыку. Все стоят по кругу. «Стирка белья»: 1 т. - с полуповоротом направо полуприседание в левую сторону, правую ногу вперед на носок с двумя движениями, имитирующими руками стирку белья на стиральной доске, вдоль правой ноги. 2т. - прыжком встать в полуповорот налево, повторить с другой ноги. 3-4 тт. - повтор 1-2 тт. «Полоскание белья»: 1-2 тт. - приседая, на каждый счет увести колени вправо, влево, вправо, влево; а руки, имитирующие полоскание – в противоположную сторону. 3-4 тт. - повтор 1-2 тт. «Выжимание белья»: 1т. - при стойке на двух ногах два пружинистых приседания; руки согнуты впереди, кисти в кулак - правый над левым, дважды имитируют движения выжимания белья. 2т. - повторить 1 т. с другой ноги, поменяв положение кистей - левый кулак над правым. 3-4 тт. - повтор 1-2 тт. 1т. - стойка, руки со взмахом вверх. 2т. - полуприседание, руки расслаблено вниз. 3-4 тт. — повтор 1-2 тт. «Развешивание белья» - «раз» - встать, левую ногу на полшага вправо, левую руку вверх с имитирующим движением пальцами закрепления белья прищепкой, «два» - приставить правую ногу к левой, правую руку вверх с тем же имитирующим движением. 2- 4 тт. — повтор 1 т. «Глажение белья»: 1т. - при стойке на обеих ногах два пружинистых сгибания левой ноги; руки; правая согнута перед собой, левая согнута за

спиной, обе руки дважды имитируют движение утюга при глажении белья. 2т. - повторить 1 т. с другой ноги, поменять положение рук: левая - перед собой, правая - за спиной. 3- 4 тт. - повтор 1-2 тт. 1 т. — имитация стирания пота со лба тыльной стороной ладони правой руки. 2т. - имитация стирания пота со лба тыльной стороной ладони левой руки. 3-4 тт. — повтор 1-2 тт.

Композиция «Далеко от мамы»: иллюстрируем текст песни группы «Барбарики», используя знакомые движения.

Постановка на основе изученных комбинаций.

Тема 4. Танцевальные образы.

Теория.

Выполняем по одному - два образа на занятии, объясняем как правильно делать, что мы развиваем выполняя тот или иной образ.

Практика.

«Часики» - выполняется лицом в круг. Исходное положение: руки вдоль корпуса, ноги вместе.

«Бьют часы во всех домах - тик-так, тик-так» - заход в круг, руки качаются в такт шагам, локти прямые, на слова «так-так, тик-так» локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.

«И встречает утро нас, тик-так, тик-так» — отход на свои места, на слова «так-так, тик-так» маленькое приседание, локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.

«Стрелки никогда не спят, тик-так, тик-так. Скажет утро нам вот так» — хлопки по часовой стрелке сверху вниз, как бы рисующие циферблат часов.

«Пора вставать» - на слово «пора» хлопок перед собой, на слово «вставать» нарисовать руками большой круг, сильно прогнуться назад.

«Силач» - изображать силача под музыку - поднимает тяжелые гири, штангу, показывает мускулы, тянет канат.

«Лошадки» - выполняются движения под речитатив: «Эй, лошадки, все за мной! Поспешим на водопой!» - подскоки или бег с высоким поднятием бедра по кругу, руки в кулачках на поясе.

«Вот широкая река, в ней хорошая вода. Пейте хорошую водицу!» — плавно разводим руки в стороны (широкая) и низкий наклон вниз (пьем).

«Постучим-ка мы копытцем!» - четкие ритмичные притопы с ускорением, а затем замедлением темпа - по показу педагога. «Эй, лошадки, все за мной! Поскакали мы домой!» - снова бег или подскоки по кругу, руки в кулачках на поясе.

«Солнышко» — стоя по кругу, руки опущены, ноги вместе. Наклониться вперед, руки отвести назад и поднять как можно выше (лучики), из этого положения выпрямиться наверх и поднять руки, пальцы растопырить. Покружиться на месте, руки в стороны. Сесть на корточки, опустить руки, подниматься наверх и поднимать через стороны руки наверх, вытянувшись на носочки покружиться на месте.

«Утятя» - стоя, руки согнуты и локти отведены в стороны, ладонями вперед, лицом в круг. 1-2тт. — четыре раза согнуть пальцы в кулачок («клювики»). 3-4тт.— четыре раза поднять и опустить локти вниз («крылышки»). 5-6тт. — приседая и вставая, четыре раза колени вправо-влево («хвостики»). 7-8тт. — четыре хлопка перед собой. Бег по кругу взявшись за руки (усложнение: подскоки по кругу). Все повторить два раза.

«Чебурашк» - исполняется под песню В. Шаинского и Э.Успенского «Чебурашка». Вступление стоять на месте в основной стойке (ноги вместе, руки опущены вдоль корпуса). 1-2тт. - подняться на полупальцы, руки ладонями наружу в стороны - кверху. 3-4тт. - опуститься на всю стопу в полуприседание, руки ладонями наружу расслабленно вниз. 5-8тт. - повтор 1-4тт. Припев: 1т. — полуприседание с поворотом туловища налево, руки согнуть вперед, большой палец к ушам, остальные пальцы вместе, ладонями вперед (уши Чебурашки). 2т. - с поворотом в исходное положение встать, руки вниз. 3т. - полуприседание с поворотом туловища направо, руки согнуть вперед, кисти вниз (дворняжка). 4т. — с поворотом в исходное положение встать, руки вниз. 5-8тт. — поворот вокруг себя, руки согнуты в стороны, пальцы в стороны. Наклон туловища на каждый шаг. 9-16тт. - повтор 1-8тт.

«Волна» — стоя на месте. Поднимать и опускать руки вместе и попеременно. Поднимать руки вверх и опускать, как бы отталкивая от себя (берег) волну (прибой). Повторить все сначала, добавив поднятие на полупальцы, когда руки поднимаются вверх.

«Ванька-встанька» - стойка нога врозь, руки на пояс. Выполняется под ритмичную музыку. «За-такт» - с поворотом направо упор присев. 1-4 тт. — переставляя руки вперед, упор стоя согнувшись. 5т. — правую ногу назад. 6т. — исходное положение. 7-8 тт. — повтор 5-6 тт. с левой ноги. 9-12 тт. - переставляя руки, упор лежа на согнутых руках. 13т. — разогнуть руки, прогнуться. 14т. — согнуть руки. 15-16 тт. - повтор 13-14 тт. 17-20 тт. — прогнуться, оторвать ноги от пола, руки согнуть, кисти к плечам держать. 21-24 тт. - лечь, руки скрестно впереди на полу, подбородок на руках, поочередное сгибание и разгибание ног назад (расслабление ног). 25- 28 тт.— лежа на спине в группировке перекаты на позвоночнике. 29-32 тт. — положение, сидя на корточках — вставать и садиться обратно.

«Воробышки» - 1-4тт. — четыре хлопка перед собой через счет. 5-8тт. — четыре хлопка о колени через счет, 9-12тт. — четыре хлопка справа-влева через счет. 13-16 тт. - повтор 5-8тт. 2-я часть: 1т. — наклон вправо, руки на пояс. 2т. — выпрямиться. 3т. — наклон влево. 4т. - выпрямиться. 5т. - разогнуть вперед правую ногу. 6т. — приставить. 7т. — разогнуть вперед левую ногу. 8т. — приставить. 3-я часть: 1-2тт. - наклон вперед, руки назад - наружу, потряхивая кистями (крылышками). 3-4 тт. —

выпрямиться. 5-6тт. - шаги сидя, высоко поднимая колени. 7-8тт. — встать, руки вверх.

«Мишка косолапый» - ходьба на внешнем и внутреннем своде стопы. Повороты вокруг себя, приседания в неуклюжей форме. В положении сидя: повороты вокруг себя, покачивание на ногах.

«Лебедь» - плавные движения руками имитирующие взмахи крыльев корпус предельно подтянет, шея вытянута, осанка гордая. Передвижения по кругу потом сесть на корточки опустились, на воду, снова полетели.

«Цветочек» - сидя на полу, ноги подтянуты к корпусу, стопы соединены. «Наступила ночь и цветочек спрятался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед. «Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» — выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх. "Наступила ночь и цветочек спрягался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед. «Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» - выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх. «Но тут закапал утренний дождик: кап-кап-кап» — кисти рук выполняют движение вверх-вниз. «Мокнет, мокнет цветочек, мокнут листочки и стебелечек» — постепенно опускать голову к стопам, руки свободно вытягиваются вперед. "Капал, капал дождик. Цветочек совсем намок. Спрятался он в бутончик» - положение сохраняется. «Но дождик все-таки перестал капать и снова выглянуло солнышко. Потянулся цветочек к солнышку» - голова поднимается, руки выпрямляются наверх, спина тоже выпрямляется. «И стал он сушить свое личико, стебелечек. Сушил, сушил цветочек» — имитация слов руками, кистями рук. «Высушился цветочек, потянулся и вырос» — выпрямить колени, вытянуть ноги. Подняться на ноги.

«Елка» - под веселую музыку кружиться на месте, руки прижаты к корпусу, пальцы растопырены, передвигать по залу на прямых ногах.

«Балерина» - под плавную музыку передвигаться на носочках, руки плавные, вставать в позу «ласточка», предложить детям пофантазировать.

«Слонята» - руки с растопыренными пальцами находятся около ушей, передвижения по залу с покачиваниями к ногам. Выставление ноги на пятку, тяжелые прыжки на двух ногах.

«Клоуны» - под веселую музыку выполнять расслабленные движения всем телом, начиная с рук и заканчивая ногами.

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 5. Танцевальные игры.

Теория.

Объясняем правила игры, цель и что развиваем играя.

Практика.

«Тихо-громко» - игра на определение динамики музыкального произведения. Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание — ходьба вперед, на тихое — ходьба назад. На громкое звучание — прыжки, на тихое — ходьба на корточках и т. д.

«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, что-то обходит, где-то проползает, идет «змейкой» по кругу и т.д. Игра выполняется под спокойную музыку, развивает ориентировку в пространстве и чувство коллектива.

«Зеркало» - игра на развитие воображения, умения выражать себя в импровизационном движении. Все играющие становятся полукругом, перед ними стоит водящий. Полукруг это зеркало, в которое смотрится водящий. Он показывает какие-нибудь движения, а все за ним повторяют. После этого выбирается новый водящий, который тоже показывает движения. Не разрешается повторять предыдущие движения.

«Магазин игрушек» - дети идут по кругу со словами: «Дин-дин-дин, дин-дин-дин, Открываем магазин! Заходите, заходите, Выбирайте, что хотите». Руководитель (продавец) спрашивает покупателя (ребенка), что он хочет купить. Покупатель отвечает: «Куклу» или любой другой предмет, игрушку. Продавец говорит: «Заходите, заходите, выбирайте, что хотите!». В это время все дети изображают кукол. Покупатель выбирает ту куклу, которая ему больше всех понравилась. Кого выбрали, тот становится покупателем, а прежний покупатель встает в круг. Игра на развитие воображения и умения импровизировать.

«Усни-трава» - речитатив:

Дальний лес стоит стеной,
Там в лесу, в глуши лесной,
На суку сидит сова.
Там растет усни - трава.

Говорят, что та сова
Знает сонные слова,
Как шепнет свои слова,
Сразу никнет голова.

На площадке свободно расставлены стулья по количеству играющих. Около них стоят дети. Лицом к детям на большом стуле сидит сова. Под стулом лежит пучок травы». После того, как дети (или педагог) негромко и таинственно произнесут текст стихотворения, сова встает и, взяв пучок травы, встряхивает им, произнося «сонные слова» (можно использовать слова из любой колыбельной), например: «Все в лесу усните, голову склоните». После этих слов все садятся на стулья и засыпают, а сова, взяв лежащую рядом со стулом палку, проходит между играющими. Как только она стукнет об пол возле какого-либо стула, сидящий на нем просыпается и ведет за собой. Так постепенно образуется цепочка, которая движется между стульями, пока все играющие не встанут в нее.

Неожиданно сова два раза ударяет по полу. Все дети должны быстро занять стулья. Сова также садится на свободный стул. Оставшийся без места становится совой. Игра развивает внимательность и умение ориентироваться в пространстве.

«Найди свое место» — все дети стоят в шеренге (колонне), каждому предлагается запомнить за кем он стоит. По команде руководителя «Разойдись!» звучит веселая музыка, играющие разбегаются по площадке, прыгают, танцуют, играют. Звучит команда "По местам!" и музыка прекращается. Все участники должны быстро занять свои места в шеренге (колонне). Руководитель отмечает тех, кто правильно занял место в строю. Построение может быть различным. Игра развивает внимательность, память и умение ориентироваться в пространстве.

«Создай образ» - заранее подготавливается «нарезка» из музыки различных характеров, от медленной спокойной до характерной народной. Дети располагаются по залу в произвольном порядке и танцуют, задача - прочувствовать и передать характер и образ в танце, своевременно реагировать на смену характера музыки.

«Море волнуется» — игра на развитие воображения и двигательной памяти. Дети стоят лицом в круг, взявшись за руки. Они размахивают руками вперед-назад, произнося слова:

Море волнуется - раз,

Море волнуется—два,

Море волнуется—три.

Морская фигура на месте замри!

После слова "замри!" дети принимают какую-нибудь позу (можно заранее оговорить). Преподаватель отмечает наиболее красивые позы.

«Танцевальное эхо» - звучит музыкальная фраза или часть музыки, во время которой педагог показывает движения, а дети повторяют. По ее окончании дети повторяют последнее движение.

«Погода» - построение детей в две шеренги напротив друг друга на разных концах зала. Команда «Ветер» - дети помахивают кистями рук. «Сильный ветер» - машут руками; «дождь» - хлопают в ладоши; «сильный дождь» - топают ногами; «буря» - перебегают на другую сторону площадки. Игра проводится с увеличением темпа команд. Развивает координацию движений и внимательность.

«Ай, да я!» - построение в круг. Водящий в центре круга демонстрирует танцевальные движения под музыку. Все дети хлопают. С окончанием музыки водящий говорит: «Ай, да я!» и, указывая на любого, спрашивает: «А ты?». Следующий водящий выходит в круг и танцует.

Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

Отрабатывание движений строится на игровых методах и приемах, обеспечивающих ситуацию успеха для воспитанника, что способствует индивидуальному физическому и эмоциональному развитию ребенка. Все движения выполняются под веселую яркую музыку.

Практика.

Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, а также увеличение скорости выполнения движений.

Повторение всех основных элементов структуры урока.

Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие. Разминка. Танцевальные шаги и бег по кругу. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Парный танец, танец с предметом. Танцевальная игра. Поклон.

3.3 Календарный учебный график по обучению хореографии детей группы от 4 до 5 лет

| месяц | № занятия | форма | тема занятия |
|---------|-----------|-----------------|--|
| октябрь | 1 | вводное занятие | Поклон, разминка. |
| | 2 | вводное занятие | Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации. |
| | 3 | тренировка | Поклон. Разминка. Первое упражнение для стоп. Танц. образ «Часики». |
| | 4 | тренировка | Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса. Упражнение «Бревнышко». Танц. |

| | | | |
|--------|---|------------|---|
| | | | образ «Часики». |
| | 5 | тренировка | Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для стоп. Упражнение «Бревнышко». Танц. образ «Силач». |
| | 6 | тренировка | Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для стоп. Упражнение «Веревочка». Танц. образ «Силач». |
| | 7 | тренировка | Поклон. Разминка Танцевальные шаги. Танц. образ «Лошадки». |
| | 8 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги, бег. Танц. образ «Лошадки». |
| ноябрь | 1 | тренировка | Поклон, разминка. Упражнения для постановки корпуса, для стоп. Танцевальные шаги и бег. Танц. образ «Лошадки». |
| | 2 | тренировка | Поклон, разминка. Элементарный стретчинг. Упражнения для мышц и суставов «Бревнышко» и «Веревочка». Танц. образы «Часики» и «Силач». |
| | 3 | тренировка | Поклон. Закрепление порядка и усложнение разминки. Добавляем новые элементы – движения плечами и «Качалочка». Танц. образ «Солнышко». |
| | 4 | | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги и бег. Элементарные движения в паре. |
| | 5 | | Поклон. Разминка. Движения в паре. Танц. образ «Солнышко». |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Стречинг. Танц. игра «Тихо-громко». |
| | 7 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Стречинг. Танц. игра «Тихо-громко». |
| | 8 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. игра «Иголочка-ниточка». |

| | | | |
|---------|---|------------|---|
| | | | |
| декабрь | 1 | тренировка | Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники» |
| | 2 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Утята». |
| | 3 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Чебурашка». |
| | 4 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Чебурашка». |
| | 5 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. игра «Зеркало». |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Повторение танца «Чоколатэ». Стречинг. |
| | 7 | тренировка | Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». |
| | 8 | игровое | С помощью карточек – подсказок угадываем упражнения, танцевальные образы и выполняем их. |
| январь | 1 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, шаг в полуприседе с прямой осанкой. Танц. образ «Воробышки». |
| | 2 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, шаг в полуприседе с прямой осанкой. Танц. образ «Воробышки». |
| | 3 | тренировка | Поклон. Разминка. Танцевальный бег на полупальцах, боковой галоп. Танц. образ «Мишка косолапый» |
| | 4 | тренировка | Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной |

| | | | |
|-------------|---|-----------|---|
| | | | техники» |
| | 5 | | Поклон. Разминка. Основные движения детского танца с предметом. Танц. игра «Магазин игрушек». |
| | 6 | | Поклон. Разминка. Основные движения детского танца с предметом. Танц. образ «Мишка косолапый» |
| | 7 | | Поклон. Разминка. Танцевальная композиция с предметом «Большая стирка». Танц. игра «Магазин игрушек». |
| | 8 | репетиция | Поклон. Разминка. Основные движения детского танца с предметом. Танц. образ «Мишка косолапый» |
| феврал ь | 1 | | Поклон. Разминка. Танцевальная композиция с предметом «Большая стирка». Танц. образ «Лебедь». |
| | 2 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Лебедь». |
| | 3 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Усни-трава». |
| | 4 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Усни-трава». |
| | 5 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек». |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек». |
| | 7 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек» |
| | 8 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Найди свое место». |

| | | | |
|--------|---|------------|--|
| март | 1 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Море волнуется». |
| | 2 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек». |
| | 3 | | Поклон. Разминка. Элементарные движения в паре. Танц. игра «Море волнуется». |
| | 4 | | Поклон. Разминка. Элементарные движения в паре. Танц. образ «Елка». |
| | 5 | | Поклон. Разминка. Элементарные движения в паре. Танц. образ «Елка». |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. игра «Создай образ». |
| | 7 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Балерина». |
| | 8 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Балерина». |
| апрель | 1 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Слонята». |
| | 2 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Клоуны». |
| | 3 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Слонята». |
| | 4 | репетиция | Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Клоуны». |
| | 5 | тренировка | Поклон. Разминка. Повторение основных танцевальных шагов и танцевального бега. Танцевальная игра «Танцевальное эхо». |
| | 6 | тренировка | Повторение основных упражнений для формирования танцевальной |

| | | | |
|-----|---|------------|--|
| | | | техники. Танцевальная игра «Танцевальное эхо». |
| | 7 | тренировка | Поклон. Формирование разминки для творческого отчета. Усиление нагрузки, ускорение темпа выполнения упражнений. Отрабатываем самостоятельное исполнение без показа педагогом. Танц. игра «Погода». |
| | 8 | тренировка | Поклон. Закрепление разминки. Формирование танц. техники. Танц. игра «Погода». |
| май | 1 | репетиция | Поклон. Разминка. Повторение танцевальных номеров: «Чоколате», «Большая стирка», «Далеко от мамы». Танцевальная игра по выбору детей. |
| | 2 | тренировка | Подготовка творческого отчета: выбор поклона, закрепление разминки. Танцевальные шаги и бег по кругу. |
| | 3 | репетиция | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: стретчинг, упражнения для формирования мышечного корсета и постановку корпуса. Повтор танца «Чоколате». |
| | 4 | репетиция | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: стретчинг, упражнения для формирования мышечного корсета и постановку корпуса. Повтор танца «Большая стирка». |
| | 5 | репетиция | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: стретчинг, упражнения для формирования мышечного корсета и постановку корпуса. Повтор танца «Далеко от мамы». |
| | 6 | репетиция | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока. |
| | 7 | репетиция | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока. |

| | | | |
|--|---------------------------------|--|-------------------|
| | 8 | | Творческий отчет. |
| | Всего за учебный год 64 занятия | | |

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 выступать 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.