**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД – КУРОРТ АНАПА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №2 «ОРЛЕНОК» МУНИЦИПАЛЬНОГО**

**ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД – КУРОРТ АНАПА**

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТА:на заседании педагогического совета протокол № 1 от 30.08. 2024  |  УТВЕРЖДАЮ:Вр. и.о.заведующего МАДОУ д/с№ 2 «Орленок» \_\_\_\_\_ /Зиновьева Ю.К. приказ №\_\_\_ от «30» августа 2024г. |
|  |  |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«В РИТМЕ ТАНЦА»

**Уровень программы:** ознакомительный

**Срок реализации программы:** *4 года: 288 ч. (1год – 72 ч.; 2 год – 72, 3 год – 72 ч.; 4 - год - 72 ч.)*

**Возрастная категория:** *от 3 до 7 лет*

**Состав группы:** *до 15 человек*

**Форма обучения:** *очная*

Автор - составитель:

Педагогический коллектив

МАДОУ д/с № 2 «Орленок»

г-к Анапа, 2024г

**Содержание**

[Комплекс основных характеристик программы](#_bookmark0) 2

[Пояснительная записка](#_bookmark1) 3

[Направленность 3](#_bookmark2)

[Актуальность 3](#_bookmark3)

[Новизна и отличительная особенность 4](#_bookmark4)

[Педагогическая целесообразность 4](#_bookmark5)

[Адресат программы 5](#_bookmark6)

[Особенности организации образовательного процесса](#_bookmark7) 9

[Цель и задачи программы 10](#_bookmark8)

[Содержание Программы 11](#_bookmark9)

[Первый год обучения (младшая группа) 11](#_bookmark10)

[Второй год обучения (средняя группа) 18](#_bookmark11)

[Третий год обучения (старшая группа) 26](#_bookmark12)

[Четвертый год обучения (подготовительная к школе группа) 3](#_bookmark13)6

[Планируемые результаты освоения Программы 4](#_bookmark14)4

[Формы аттестации. Оценочные материалы 4](#_bookmark15)4

[Комплекс организационно-педагогических условий 4](#_bookmark16)8

[Календарный учебный график 4](#_bookmark17)8

[Условия реализации программы 4](#_bookmark18)8

[Методические материалы: описание общей методики работы](#_bookmark19) 50

[Список использованной и рекомендуемой литературы 5](#_bookmark20)5

# Комплекс основных характеристик программы

## Пояснительная записка

### Направленность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по хореографии «В ритме танца» (далее по тексту Программа) хореографического кружка имеет художественную направленность.

### Актуальность

В культуре человечества хореографическое искусство занимает своё особое значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, которое появилось с рождением человечества, танец всегда неразрывно был связан с жизнью. Уже в наскальных рисунках, созданных несколько тысячелетий тому назад, встречаются изображения пляшущих людей. Танец возник тогда, когда искусство, выраженное в движении и жесте, подчинилось ритму и музыке. Танец – это, не просто красивое и зрелищное представление, он раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства. Танец - искусство - многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

На занятиях хореографией создаётся особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это, опора танца.

Движения и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность. Воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

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. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно- мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. 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. Поэтому главная задача педагога (воспитателя по хореографии) – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца.

###

### Новизна и отличительная особенность

В основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по хореографии лежат базовые идеи ритмической гимнастики и методики начального этапа балетного образования. Классические идеи и методики были адаптированы к старшему дошкольному возрасту, творчески переработаны в области систематизации, приемов и форм подачи материала, дополнены авторскими разделами и игровыми методиками.

Кроме того, что новизна программы состоит в творческой переработке уже имеющегося педагогического опыта и в самом содержании обучения, она проявляется и в основной ведущей идее данной программы: сформировать физические данные, необходимые для успешной исполнительской деятельности, заложить физическую, музыкально-ритмическую и творческую базу будущего танцора в раннем возрасте.

Отличают программу также методы и формы подачи материала: для обучения в основном применяются игровые методики и методики использования образов.

### Педагогическая целесообразность

Реализуемая Программа основывается на следующих принципах и подходах в организации образовательного процесса, а именно, таких как:

1. Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.
2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).
3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»).
4. Обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации

которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников.

1. Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в

соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

1. Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.
2. Предусматривает решение программных образовательных задач в

совместной деятельности взрослого, и детей, и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной

деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

1. Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми (игра).
2. Строится на принципе культуросообразности. Учитывает национальные ценности и традиции в образовании.

Занятия построены с учетом возрастных критериев и индивидуального и дифференцированного подхода к каждому ребенку, в том числе с нарушениями развития. Программа может быть адаптирована для дошкольников с ограниченными возможностями здоровья (далее — ОВЗ).

### Адресат программы

Программа предназначена для воспитанников 3-7 лет:

* младший дошкольный возраст — от 3 до 4 лет (младшая группа);
* средний дошкольный возраст — от 4 до 5 лет (средняя группа);
* старший дошкольный возраст — от 5 до 6 лет (старшая группа) и от 6 до 7 лет (подготовительная к школе группа)

Особенности физического развития детей 3-4 лет:

Ребенок 3-4 лет встает на новую ступень развития. Этот возрастной период является переходным из раннего детства в средний дошкольный возраст. Ребенок 3 лет по-прежнему эмоционален, чувствителен к похвале или порицанию взрослого. Постепенно он выходит за пределы семейного круга. Его общение становится разносторонним. Ребенок с увлечением участвует в ролевых играх, начинает отражать в игре жизненный опыт, выполняет в игре действия взрослых, берет на себя определенную роль мамы, доктора, учителя, воспитателя. Сюжетно-ролевая игра предполагает наличие партнеров. Ребенок учится общаться со сверстниками. Для детей 3-4 лет характерна игра рядом, то есть дети играют в одиночку, но приглядываясь к действиям других. Занятия танцами очень хороший способ воспитать и духовную, и физическую культуру ребенка. Ведь понятно, что помимо эстетического воспитания, хореография поможет держать ребенка в хорошей форме, научит слушать и слышать музыку, выработает правильную и красивую осанку, походку, и, конечно же, научит танцевать для себя и на сцене. занятия улучшают чувство ритма, равновесие, координацию движений. Хореография для детей-это музыкальные игры, в ходе которых дети учатся двигаться под музыку, различать ритмический рисунок, развивают музыкальный слух, овладевают основами танца, и способствует развитию всего организма –физического и психического (концентрации воли, внимания, восприятия, мышления, памяти, уравновешенности процессов), ребенок учится владеть своим телом, лучше ориентируется в пространстве, улучшается координация движений.

Особенности физического развития детей 4-5 лет:

Дети 4 -5 лет нуждаются в двигательной активности больше, чем дети младшего или среднего дошкольного возраста. Этот возраст врачи и физиологи называют « возрастом двигательной расточительности». Именно занятия танцевального кружка помогают творчески реализовать эту потребность, ведь разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, но и мускулатуру, стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребёнка. К 5 годам дети умеют самостоятельно определить на слух характер музыки и передать его в движении, слышать вступление, легко различать 2 частную форму произведения. Отмечают в движении изменение темпа, динамики, чувствуют чередование музыкальных фраз, выделяют акценты, с желанием откликаются на творческие задания, проявляя творческую активность. У детей 4 -5 лет достаточно развиты двигательные навыки: они ритмично ходят, легко и энергично бегают, умеют скакать с ноги на ногу… Именно сейчас они способны самостоятельно определить музыку танца, подобрать соответствующий характер движения (польки, вальса, пляски.); использовать элементы народного танца в своих импровизациях. В возрасте 4 -5 лет наблюдается незавершенность строения стопы, важно предупредить появление плоскостопия. Именно движения ног, правильно подобранные упражнения могут решить проблему плоскостопия. Важно давать детям

правильные нагрузки, не навредить, не перетрудить стопу. К 5 годам у ребёнка хорошо развиты мышцы туловища, надо развивать и мелкие мышцы, чтобы они не остались по-прежнему слабыми. Ребёнок 5 лет может выполнять движения с различной амплитудой от медленных переходить к более быстрым движениям. Именно в хореографии много движений для пальцев рук – это является стимулирующим фактором развития и совершенствования речи в дошкольном возрасте. Благодаря целенаправленным занятиям улучшается координация движений детей, им становится доступно выполнение разнообразных упражнений на равновесие. Размеры дыхательных путей ребенка значительно уже, чем у взрослых, поэтому важна правильная организация двигательной активности, ибо если её недостаточно, чаще случаются заболевания органов дыхания. При выполнении танцевальных движений вентиляция легких увеличивается в 2-7 раз, при беге и прыжках – ещё больше. В этом возрасте созревают лобные доли мозга, благодаря чему ребенку удаётся управлять своими движениями, действием, поведением. Характер в этом возрасте только складывается, но дети уже обладают некоторой настойчивостью в достижении желаемого, способны ставить перед собой определенные цели. При правильной физической нагрузке старший дошкольник в состоянии без особого напряжения заниматься в течение 30-35 мин.

Особенности физического развития детей 5-6 лет:

Дети этого возраста быстро утомляются. Внимание быстро переключается. Ребенок сосредоточен до тех пор, пока интерес не угаснет. Появление нового предмета /нового задания/, тотчас переключает внимание на него. Длительное время ребенок не может выполнять одно и тоже движение. Ведущим у детей является конкретно-образное мышление, т.е. педагог должен использовать в своей работе яркое словесное рисование – описание, сравнение, наглядность, показ. Их мировоззрение носит чувственный характер. Это игровой возраст, для него характерны жизнерадостность, подвижность, доверчивость. Задания педагога выполняют не обсуждая. Возбуждение сильнее, чем торможение.

Игра – ведущая деятельность в дошкольном возрасте. Лучше занятия строить в игровой форме. Например, предлагать сюжеты сказок, песен, и по ходу станцевать, изображая героев, их действия. Можно предложить поездку в цирк, зоопарк, лес и рассказ сопровождать танцевальными действиями.

В этом возрасте дети подвижны. Легки, но, несмотря на утомляемость, необходимо удовлетворить их потребность в движении. Дети могут координировано и ритмично ходить, бегать, прыгать, высоко поднимать ноги в колене, скакать с ноги на ногу. Опираясь на физические возможности детей, осваивается знакомство их с простыми рисунками: круг, линия, колонна, ручеек, змейка, шахматный порядок, и простые перестроения из одного в другой. Даже сами названия рисунков заинтересовывают детей. Все движения разучиваются в простом вид, чередуя их, а не комбинируя, используя при этом основные положения рук: на поясе, за спину, за руки, за юбочку у девочек. Это

для того, чтобы внимание у ребенка не разбрасывалось, они сразу не смогут уследить за движениями ног, рук, головы, за рисунком танца, за действиями других детей и педагога.

Особенности физического развития детей 6-7 лет:

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-7 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени - это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Особенности развития координации движений у детей 6-7 лет:

В возрасте 6-7 лет дети уже сравнительно хорошо управляют своими движениями, их действия под музыку более свободны, легки и четки, они без особого труда используют танцевальную импровизацию. Ребята в этом возрасте произвольно владеют навыками выразительного и ритмического движения. Развивается слуховое внимание, более ярко проявляются индивидуальные особенности детей. Они могут передать движениями разнообразный характер музыки, динамику, темп, несложный ритмический рисунок, изменять движения в связи со сменой частей музыкального произведения со вступлением. Детям доступно овладение разнообразными движениями (от ритмичного бега с высоким подъемом ноги и подскоков с ноги на ногу до шага польки, полуприседа и т.д.). Творческая активность детей развивается постепенно путем целенаправленного обучения, расширения музыкального опыта, активизации чувств, воображения и мышления. Реакция детей на прослушанное представляет собой творческое отображение музыки в действии. В этом возрасте эмоции, вызванные музыкой, создают определенную двигательную активность, задача педагога заключается в том, чтобы направить ее в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально-танцевальный материал.

Таким образом, возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом педагогу

необходимо всё время контролировать качество исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной к школе группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

### Особенности организации образовательного процесса

***Формы проведения занятий***: групповая.

***Условия набора в группу:*** принимаются все желающие воспитанники подготовительных к школе групп.

***Условия формирования групп*:** одновозрастные.

***Состав группы:*** постоянный, с возможностью добора детей в группу.

***Уровень***– ознакомительный**.**

***Срок реализации*** – 4 года

***Объем* -** количество часов, запланированных на весь период обучения – 288

***Форма обучения*** – очная

#### Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю,8 раз в месяц, с сентября по май, общее количество часов в год 72.

Длительность занятий зависит от возраста детей, устанавливается в соответствии с СанПиН:

* для детей от 3 до 4 лет - 15 минут продолжительность занятия;
* для детей от 4 до 5 лет продолжительность занятия - 20 минут;
* для детей от 5 до 6 лет продолжительность занятия - 25 минут;
* для детей от 6 до 7 лет продолжительность занятия - 30 минут,

При разработке учебно-тематического плана Программы учитываются летние каникулы. Во время летних каникул совместная деятельность с детьми проводится в следующих формах:

* праздники и развлечения;
* концерты;
* фестивали.

Программа не может реализовываться взамен или в рамках основной образовательной деятельности за счет времени, отведенного на реализацию основных образовательных программ дошкольного образования (прогулки, дневного сна, основных занятий, игр).

## Цель и задачи программы

**Цель**: создание условий, способствующих раскрытию и развитию танцевально

* ритмических способностей, хореографических данных и

творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии**.**

### Задачи

* + осваивать простейшие танцевальные движения, комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений;
	+ укреплять опорно – мышечный аппарат, формировать правильную осанку;
	+ развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;
	+ развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
	+ приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев), развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.
	+ формировать интерес к хореографическому искусству, художественный вкус;
	+ воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик - девочка);
	+ воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;
	+ воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами танцев различных национальных культур.
	+ укрепление здоровья, корректировка осанки детей за счёт систематического и профессионального проведения занятий, основанных на классических педагогических принципах обучения.

## Содержание Программы

Первый год обучения (младшая группа)

2 занятие в неделю, всего 72 занятия в год (сентябрь – май). Занятия включают в себя теоретическую и практическую части.

### Учебно-тематический план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | **Наименование разделов и тем** | **Основные виды деятельности** | **Количество часов** |
| ***1.*** | Организационное занятие | Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с детьми. | 1 |
| ***2.*** | Элементымузыкальной грамоты. | Освоение темпа ритма музыки. | 15 |
| ***3.*** | Развитие физических данных | Все виды гимнастики, ритмические упражнения, ориентация в пространстве специальные упражнения на развитие двигательных качеств, гибкость,и т.д. | 20 |
| ***6.*** | Основные положения рук и ног, постановка корпуса. | Изучение основных положений рук и ног. Постановка корпуса | 15 |
| ***7.*** | Детский танец | Разучивание основных элементов детского танца. Шаги, бег, подскоки. | 5 |
| ***8.*** | Элементы народной хореографии. Основы русского танца. | Изучение основных элементов народного танца, музыка, костюм, обряды традиции.Ходы шаги и т.д. | 5 |
| ***9.*** | Элементы эстрадного танца. | Изучение основных элементов эстрадного танца, музыка, костюм. Основные шаги, подскок. | 5 |
| ***10.*** | Этюды, танцевальные композиции | Составление этюдов, танцевальных композиций. | 8 |
|  |  |  | Итого: 72 часа |

**Содержание учебно-тематического плана работы.**

### Сентябрь

№1-2

Тема: Водное занятие. Знакомство с детьми

Теория: Дать детям представление о танце. Темп, ритм (быстро, медленно) Практика: Ритмические упражнения, хлопки, прыжки. Остановка движения на счет 2/4. Упражнения в игровой форме.

№3-4

Тема: «Веселый поклон» (Поклон).

Теория: Рассказать детям для чего выполняется поклон в начале и конце урока.

Практика: Разучивание поклона. Умение начинать и заканчивать упражнение Партерная гимнастика: «Гимнастика для клоуна»

№ 5-6

Тема: «Найди свое место».

Теория: Формирования музыкально – ритмической координации движения. Практика: Развивать внимание, чувство ритма, память. Воспитывать общую музыкальную культуру.

Партерная гимнастика: упражнения для развития физ данных в игровой форме.

№7-8

Тема: «Создаем характеры»

Теория**:** Рассказать что такое -Характер

Практика: Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям.

Партерная гимнастика: упражнения на развитие голеностопного сустава.

### ОКТЯБРЬ

№ 9-10

Тема: Изучение танцевальной разминки.

Теория: Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка. Партерная гимнастика. Упражнения на укрепление мышц спины. Упражнения на растяжку.

Этюд «Зарядка со зверятками».

№11-12

Тема: «Шаг приставить – постоять» Теория**:** Рассказать что такое «ШАГ»

Практика: освоение основных шагов , бег, подскоки.

Партерная гимнастика: упражнения на развитие гибкости. Растяжка Этюд «Мы маленькие звезды»

№ 13-14

Тема: «Характер музыки»

Теория: беседа о характере музыки (веселый, грустный);

Практика: определение и передача в движении характера музыки( веселый, грустный, быстрый медленный)

Партерная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений. Этюд «Задоринки»

№ 15-16

Тема: «Веселый прыжок»

Теория: Что такое «прыжок»

Практика: учить выполнять прыжки, поскоки легко, ритмично. Партерная гимнастика: Упражнения на развитие стопы. Упражнения на ратяжку.

Этюд «Прыг-скок».

### НОЯБРЬ

№ 17-18

Тема: «Загадочная коробочка»

Теория: Гимнастические позы. Что такое «Гимнастика»

Практика: Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок,

наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление

Партерная гимнастика: Упражнения на развитие гибкости. Этюд «Веселый клоун»

№ 19-20

Тема: «Лиса»

Теория: Освоение образов. Подвижно-ролевые игры.

Практика:Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.

Партерная гимнастика «Весёлые ножки» Этюд «Веселые зайчики.

№ 21-22

Тема: «Образ в танце».

Теория: Беседа с детьми, как выразить образ в танце Практика: Танцевальные игры на основе образов.

Ритмический танец: «Зарядка для хвоста».

Гимнастический комплекс партерной гимнастики

№ 23-24

Тема: «Весело танцуем»»

Теория: Беседа о разных видах танца. Практика: Танцевально игровые этюды .

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд «По ровненькой дорожке»

### ДЕКАБРЬ

№ 25-26

Тема: «Острые карандаши» Теория: Беседа о строение ног.

Практика: Упражнение для развития стопы

Партерная гимнастика: Игровая растяжка. Гимнастика на ковриках. Этюд «Дождик».

№ 27-28

Тема: Изучение марша в темпе музыки. Теория: Что такое «МАРШ»

Практика**:** Комплекс упражнений на развитие чувства ритма Партерная гимнастика. Элементы расслабления.

Этюд « В лесу»

№ 29-30

Тема: «Скоро новый год!!»

Теория: Знакомство с новогодним танцем «Гномики»

Практика: Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости. Танец «Гномики»

№ 31-32

Тема: «Скоро новый год!!»

Теория: Подготовка к новогоднему празднику

Практика: Выступление на новогоднем утреннике. Танец «Гномики»

### ЯНВАРЬ

№ 33-34

Тема: «Маленькие балерины»

Теория: Классический танец в партере .Знакомить детей с основами

классического танца. развивать силу ног, натянутость стопу, выворотность тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к классическому танцу.

Практика: Разучивание позиций рук, ног, головы и корпуса,

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости. Этюд «Куклы»

№ 35-36

Тема: «Фантазеры»

Теория. Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.

Практика. Танцевально подвижные игры на основе заданного образа. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости.

Этюд «На лесной полянке»

№ 37-38

Тема: «Паровозик»

Теория: Учить ориентироваться в пространстве. Развивать пространственное мышление, внимание.

Практика: Перестроение по залу. Перестроения из рисунка в рисунок. Партерная гимнастика. Упражнение на развитие силы голеностопного сустава. Этюд «Веселые вагончики»

№ 39-40

Тема: танец «Часики» массовый танец.

Теория: Формировать у воспитанников танцевальных знаний умений и навыков. Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию.

Воспитывать интерес к танцевальному искусству. Изучение первого навыка работы группой

Практика: Разучивание основных движений, упражнений, рисунков танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие силы стопы.

### ФЕВРАЛЬ

№ 41-42

Тема: «Как в цирке»

Теория: Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области

партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли,

самостоятельность, стремление.

Практика: повторение танца «Часики». Гимнастические позы. Прыжки : трамплинный прыжок по 6 позиции.

№ 43-44

Тема: «Оловянные солдатики» (формирование осанки) Теория: Положение рук на поясе, ног, головы.

Практика: Изучение положения рук и ног.

Партерная гимнастика на основе классического танца. Этюд: «Оловянные солдатики»

№ 45-46

Тема: «Добрая, сердитая кошка» Теория: подвижно –образная игра.

Практика: Образный пластический этюд

Партерная гимнастика: упражнения на развитие и укрепление мышц брюшного пресса.

№ 47-48

Тема: «Веселый марш»

Теория: Подготовка к утреннику.

Практика: Выступление на утреннике.

### МАРТ

№ 49-50

Тема: «Тюльпанчики». (работа с маленьким реквизитом) Теория : Беседа с детьми о цветах.

Практика: Формировать умение и навыки работы с реквизитом. стремление. Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку.

Этюд: «Тюльпанчики»

№51-52

Тема: «Весенняя фантазия»

Теория: Подготовка к утреннику 8 марта. Беседа о времени года «Весна»

Практика: Разучивание танцевальной композиции. Выступление на утореннике.

№53-54

Тема: «Весенняя капель» Теория: Беседа с детьми.

Практика: Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.

Практика. Танцевально подвижные игры на основе заданного образа. Партерная гимнастика: упражнения на развитие физических данных.

№55-56

Тема: Постановка танца «Паравоз Букашка»» массовый танец. Теория: Беседа о танце.

Практика: Формировать у воспитанников танцевальных знаний умений и навыков. Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию.

Воспитывать интерес к танцевальному искусству. Изучение первого навыка работы группой

Партерная гимнастика: упражнения на развитие физических данных.

### АПРЕЛЬ

№ 57-58

Тема: «Змейка »

Теория: Рисунок с продвижением по кругу.

Практика: **:** изучение движения по кругу исполнением движений. Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку.

№ 59-60

Тема: «Карусель»

Теория: Учить легко, непринужденно двигаться в темпе музыки, выполнять все движения красиво, развивать пластику. Уметь работать в парах.

Практика: **:** Движения в темпе заданной музыки. Упражнения в парах

«лодочка», «баранки».

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости.

№ 61-62

Тема: «Зайки »

Теория: Продолжать знакомить детей с прыжками.

Практика: **:** Развивать физические данные, силу, натянутость стопы, чувство равновесия. Прыжковые упражнения( по 6 позиции ног, на одной ноге, на двух, ноги врозь вместе, ножницы)

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости.

№ 63-64

Тема: «Веселый друг »

Теория: Знакомим детей с элементами парного танца . Работа в паре. Практика: Упражнения в паре. Разучивание танцевальной композиции

«Веселый друг»

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости.

### МАЙ

№ 65-66

Тема: «Веселый марш»

Теория: Продолжаем знакомить детей с основными шагами танца. Практика: марш по кругу, по прямой , по диагонали.

Партерная гимнастика: упражнения на развитие физических данных

№67-68

Тема: «Как в цирке»

Теория: Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области

партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли,

самостоятельность, стремление.

Практика: повторение танца «Часики». Гимнастические позы. Прыжки : трамплинный прыжок по 6 позиции.

№69-70

Тема: Подготовка к отчетному концерту Теория: Беседа с детьми по заданной теме.

Практика: Разучивание повторение танцевальных композиций.

№71-72

Тема: Подготовка к отчетному концерту. Отчетный концерт Теория: Беседа с детьми по заданной теме.

\*Количество танцев, их тематика зависит от сценария того или иного

праздника, мероприятия (на подготовительных к школе группах количество танцев обычно составляет от 1 до 3 танцев), танцы могут быть как общими, т.е. исполняемые всей группой сразу, так и индивидуальными. Хореографические номера могут представлять собой и своеобразные короткие по времени зарисовки**.**

### Второй год обучения (средняя группа)

2 занятие в неделю, всего 72 занятия в год (сентябрь – май). Занятия включают в себя теоретическую и практическую части.

### Учебно- тематический план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование разделов и тем** | **Основные виды деятельности** | **Количество часов** |
| 1. | Ознакомительное занятие. Диагностика. | Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятиях хореографии. Визуальная диагностика детей. | 1 |
| 2. | Вводное занятие "Путешествие встрану Танца». | Основные понятия. Виды танца. Общие положения. | 1 |
| 3. | Ритмика и основы партернойгимнастики: Партерная гимнастика | Развитие гибкости суставов, развитие эластичности мышц и связок, развитие силы мышц. Укрепление мышц спины и брюшного пресса. Воспитание дисциплины и волевыхкачества ребенка. | 18 |
| 4. | «Балет для самых маленьких» Основы | Общие положения классического танца. Постановка корпуса. Позиции | 18 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | классического танца. | рук и ног. Классический танец в партере Знакомство детей с основами классического танца. развивать силуног, натянутость стопу, выворотность тазобедренного сустава.. |  |
| 5. | Ритмика и танец. Прыжки, подскоки. | Развитие ритмичности. Разучивание различных видов прыжков ,подскоков боковой галоп. Совершенствовать умение детей двигаться в соответствии с характером музыки, | 10 |
| 6. | «Маленький актёр»- Активизация и развитие творческих способностей детей. Сюжетно-ролевые игры. | Умение импровизировать на заданную тему. Развивитие воображения, творческихспособностей, подвижности. Танцевально-подвижные игры на основе образов. Образный пластический этюд. | 5 |
| 7. | "Найди свое место".Развитиекоординации, ориентации в пространстве.Изучениерасположения точек в хореографическомклассе. | Формирования музыкально – ритмической координации движения. Развивать внимание, чувство ритма, память. Ориентацию в пространстве. | 6 |
| 8. | Постановка танцевальных композиций.Подготовка к праздникам. | Формирование у воспитанников танцевальных знаний умений и навыков. Развитие чувства ритма, выразительности, пластики, грации. Воспитание интереса ктанцевальному искусству. Изучение первого навыка работы группой. | 12 |
| 9 | Итоговые занятия | Подведение итогов, Отчетныеконцерты. | 1 |
|  |  | ИТОГО: | 72 часа |

Содержание учебно-тематического плана работы.

**Сентябрь**

№1-2

Тема: Водное занятие.

Теория: Дать детям представление о танце. Темп, ритм (быстро, медленно)

Практика: Ритмические упражнения, хлопки, прыжки. Остановка движения на счет 2/4/8. Упражнения в игровой форме.

№3-4

Тема: «Постановка корпуса»

Теория: Беседа. Для чего нужно правильно держать спину, руки, голову. Практика; Положение корпуса, рук, головы в подготовительной позиции.

Партерная гимнастика: развитие гибкости, наклоны , складка. Упражнение для развития голеностопного сустава.

Подвижная игра «Оловянные солдатики"

№5-6

Тема «Основные позиции рук и ног»

Теория: Беседа . 6 позиции ног, 1-2-2- позиции рук.

Практика: Изучение позиций рук и ног. Перевод из позиции в позицию. Комплекс партерной гимнастики. Упражнения на растяжку.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: самостоятельно находить свое место в зале;

П/и «Мы – листочки»

№7-8

Тема: «Детский танец»

Теория: Беседа о видах детского танца.

Практика: Выполнение основных элементов детского танца. Шаги, бег, прыжки, подскоки…

Партерная гимнастика: упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на растяжку.

П/И «Солнечные зайчики»

### ОКТЯБРЬ

№ 9-10

Тема: «Элементы музыкальной грамоты. Народная хореография» Теория: Дать понятие о русской народной музыке.

Практика: Прослушивание музыкального материала. Определение характера музыки.

Партерная гимнастика. Упражнения на укрепление мышц спины. Упражнения на растяжку.

Этюд «Кукушка».

№11-12

Тема: «Весёлые матрёшки»

Теория: Беседа о русском народном танце.

Практика: Изучение основных элементов русского народного танца. Партерная гимнастика: упражнения на развитие гибкости. Растяжка

Этюд «Мы веселые матрешки»

№ 13-14

Тема: «Характер музыки»

Теория: беседа о характере музыки (веселый, грустный);

Практика: определение и передача в движении характера музыки (веселый, грустный, быстрый медленный)

Партерная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений. Этюд «Ниточка»

№ 15-16

Тема: «Веселые рисунки»

Теория: Беседа о различных формах построения в танце. Практика: Построение в линию, в две линии, в круг.

Партерная гимнастика: Упражнения на развитие стопы. Упражнения на ратяжку.

Этюд «Ниточка»

### НОЯБРЬ

№ 17-18

Тема: «Основные танцевальные шаги» Теория: что такое танцевальный шаг.

Практика: Шаг на полупальцах , с высоким подьемом колена, галоп. Партерная гимнастика: Упражнения на развитие гибкости.

Этюд на оснве танцевальных шагов « Веселый марш»

№ 19-20

Тема: «Попрыгай-ка»

Теория: Беседа о прыжках в танце

Практика: Выполнение различных видов прыжков. На одной ноге, двух ногах. Ритмическая гимнастика «Весёлые ножки»

Комплекс статических упражнений, Упражнения на растяжку. Этюд «Веселые зайчики.

№ 21-22

Тема: «Образ в танце.»

Теория: Беседа с детьми, как выразить образ в танце Практика: Танцевальные игры на основе образов.

Ритмический танец «Зарядка для хвоста»

Гимнастический комплекс партерной гимнастики Танцевальная игра –этюд «Зарядка со зверятками»

№ 23-24

Тема: «Весело танцуем»»

Теория: Беседа о разных видах танца. Практика: Танцевально игровые этюды .

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд «По ровненькой дорожке»

Этюд «Птицы и дождь»

### ДЕКАБРЬ

№ 25-26

Тема: «Весёлые танцоры»

Теория: Беседа о пользе хореографии Практика: Упражнение «Бег по кругу» Ритмический танец «Зимушка-зима»

Игровой растяжка. Гимнастика на ковриках. Этюд «Птицы и дождь».

№ 27-28

Тема: «На птичьем дворе»

Теория: Танцевальные элементы и композиции с атрибутом: платок, бубен, шашка.

Практика: Разминка . Под музыку исполняют движения с платками у девочек, с шаками у мальчиков, образуя при этом круг, линию, стойка в паре. Дети

образуют круг и делают движения «Встреча. Партерная гимнастика. Элементы расслабления. Этюд «На пригорке»

№ 29-30

Тема: «Скоро новый год!!»

Теория: Знакомство с новогодним танцем «Гномики»

Практика: Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости. Танец «Гномики»

№ 31-32

Тема: «Скоро новый год!!»

Теория: Знакомство с новогодним танцем «Гномики»

Практика: Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости. Танец «Гномики»

### ЯНВАРЬ

№ 33-34

Тема: «Маленькие балерины»

Теория: Классический танец в партере Знакомить детей с основами

классического танца. развивать силу ног, натянутость стопу, вываротность тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к классическому танцу.

Практика: Разучивание позиций рук, ног, головы и корпуса,. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости.

Этюд «Куклы»

№ 35-36

Тема: «Фантазеры»

Теория.Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.

Практика. Танцевально подвижные игры на основе заданного образа. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости.

Этюд «На лесной полянке»

№ 37-38

Тема: «Паровозик»

Теория: Учить ориентироваться в пространстве. Воспитывать дисциплину, аккуратность. Практика: : Перестроение по залу дробной дорожкой. Перестроения из рисунка в рисунок

Партерная гимнастика. Упражнение на развитие силы голеностопного сустава. Этюд «Веселые вагончики»

№ 39-40

Тема: танец «Цыплята» массовый танец.

Теория: Формировать у воспитанников танцевальных знаний умений и навыков. Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию.

Воспитывать интерес к танцевальному искусству. Изучение первого навыка работы группой

Практика: Разучивание основных движений, упражнений, рисунков танца. Гимнастика. Упражнения на развитие силы стопы.

### ФЕВРАЛЬ

№ 41-42

Тема: «Как в цирке»

Теория: Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области

партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли,

самостоятельность, стремление.

Практика: повторение танца «Цыплята». Гимнастические позы. Прыжки : трамплинный прыжок по 6 позиции.

№ 43-44

Тема: «Балет»

Теория: Позиции рук, ног, головы, головы в классическом танце. Практика: Изучение 1-2 позиции рук и ног классического танца. Партерная гимнастика на основе классического танца.

Этюд: «Кукла»

№ 45-46

Тема: «День защитника отечества»

Теория: Беседа о празднике. Подготовка к утреннику. Практика: Изучение шага – марш.

Постановка танцевальной композиции «Веселый марш» ко дню защитника отечества.

Партерная гимнастика: упражнения на развитие и укрепление мышц брюшного пресса.

№ 47-48

Тема: «День защитника отечества» Теория: Подготовка к утреннику.

Практика: Выступление на утреннике.

### МАРТ

№ 49-50

Тема: «Весенний день – 8 марта »

Теория: Беседа о празднике. Подготовка к выступлению.

Практика: Повторение танца «Весенняя фантазия». Разучивание танцевального поздравления к 8 Марта.

№ 51-52

Тема: « Весенний день 8 марта» Теория: Беседа о празднике.

Практика: Выступление на утреннике

№ 53-54

Тема: «Упражнения на ориентирование в пространстве.». Теория: Формировать понятие у детей о рисунках в танце..

Практика: Перестроение из круга в колонну и обратно. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Работа над техникой исполнения.

Партерная гимнастика. Упражение на растяжку. Игра «На грядке»

№ 55-56

Тема: «Танец»

Теория: Беседа о теме танца.

Практика: Постановка танцевальной композиции «Весенние цветы» Упражнения со скакалками и гимн.палками. Упражнения на растяжку.

### АПРЕЛЬ

№ 57-58

Тема: «Змейка »

Теория: Рисунок с продвижением по кругу.

Практика: изучение движения по кругу исполнением движений. Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку.

№ 59-60

Тема: «Карусель »

Теория: Учить легко, непринужденно двигаться в темпе музыки, выполнять все движения красиво, развивать пластику. Уметь работать в парах.

Практика: Движения в темпе заданной музыки. Упражнения в парах «лодочка»,

«баранки».

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости.

№ 61-62

Тема: «Зайки »

Теория: Продолжать знакомить детей с элементами классического танца Allegro (прыжки). Развивать физические данные, силу, натянутость стопы, чувство

равновесия.

Практика: **:** Прыжковые упражнения( по 6 позиции ног, на одной ноге, на двух, ноги врозь вместе, ножницы)

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости.

№ 63-64

Тема: «Весна пришла »

Теория: Продолжать знакомить детей с элементами народного танца . Работа в паре.

Практика: **:** Упражнения в паре. Разучивание танцевальной композиции «Весна пришла»

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости.

### МАЙ

№ 65-66

Тема: Постановка танцевальной композиции «Веселый марш» ко дню защитника отечества.

Партерная гимнастика: упражнения на развитие и укрепление мышц брюшного пресса.

№ 67-68

Тема: «Солнечный край!»

Теория: Подготовка к отчетному концерту. Составление репертуара. Беседа с детьми о теме концерта.

Практика: Повторение элементов казачьего танца. Шаги, ходы, притопы. Гимнастика для стоп.

№ 69-70

Тема: «Подготовка к концерту.»

Теория: Беседа о танцевальной композиции.

Практика: Разучивание танцевальной композиции «На лугу»

№ 71-72

Тема: «Подготовка к концерту. Концерт» Теория:Беседа о ходе отчетного концерта.

Практика: Повторение изученного материала. Повторение танцевальных композиции.

Отчетный концерт.

\*Количество танцев, их тематика зависит от сценария того или иного праздника, мероприятия (на подготовительных к школе группах количество танцев обычно составляет от 1 до 3 танцев), танцы могут быть как общими, т.е. исполняемые всей группой сразу, так и индивидуальными. Хореографические номера могут представлять собой и своеобразные короткие по времени зарисовки**.**

### Третий год обучения (старшая группа)

2 занятие в неделю, всего 72 занятия в год (сентябрь – май). Занятия включают в себя теоретическую и практическую части.

### Учебно- тематический план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование разделов и тем** | **Основные виды деятельности** | **Количество часов** |
| 1. | Ознакомительное занятие. Диагностика. | Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятиях хореографии. Визуальная диагностика детей. | 1 |
| 2. | Вводное занятие"Путешествие в страну Танца». | Основные понятия. Виды танца. Общие положения. | 1 |
| 3. | Ритмика и основы партерной | Развитие гибкости суставов, развитие эластичности мышц и связок, | 18 |
|  | гимнастики: Партерная гимнастика | развитие силы мышц. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.Воспитание дисциплины и волевых качества ребенка. |  |
| 4. | «Балет для самых маленьких» Основы классического танца. | Общие положения классического танца. Постановка корпуса. Позиции рук и ног. Классический танец в партере Знакомство детей с основами классического танца. развивать силуног, натянутость стопу, выворотность тазобедренного сустава.. | 18 |
| 5. | Ритмика и танец. Прыжки , подскоки. | Развитие ритмичности. Разучивание различных видов прыжков ,подскоков боковой галоп. Совершенствоватьумение детей двигаться в соответствии с характером музыки, | 10 |
| 6. | « Маленький актёр»- Активизация и развитие творческих способностей детей. Сюжетно-ролевые игры. | Умение импровизировать на заданную тему. Развивитие воображения, творческихспособностей, подвижности. Танцевально-подвижные игры на основе образов. Образныйпластический этюд. | 5 |
| 7. | "Найди свое место".Развитиекоординации, ориентации в пространстве.Изучениерасположения точек в хореографическомклассе. | Формирования музыкально – ритмической координации движения. Развивать внимание, чувство ритма, память. Ориентацию в пространстве. | 6 |
| 8. | Постановка танцевальных композиций.Подготовка к праздникам. | Формирование у воспитанников танцевальных знаний умений и навыков. Развитие чувства ритма, выразительности, пластики, грации. Воспитание интереса ктанцевальному искусству. Изучение первого навыка работы группой. | 12 |
| 9 | Итоговые занятия | Подведение итогов, Отчетныеконцерты. | 1 |
|  |  | ИТОГО: | 72 часа |

**Содержание учебно - тематического плана работы.**

### Сентябрь

№1-2

Тема: Водное занятие.

Теория: Дать детям представление о танце. Темп, ритм (быстро, медленно) Практика: Ритмические упражнения, хлопки, прыжки. Остановка движения на счет 2/4/8. Упражнения в игровой форме.

№3-4

Тема: «Постановка корпуса»

Теория: Беседа. Для чего нужно правильно держать спину, руки, голову. Практика; Положение корпуса, рук, головы в подготовительной позиции.

Партерная гимнастика: развитие гибкости, наклоны , складка. Упражнение для развития голеностопного сустава.

Подвижная игра «Оловянные солдатики"

№5-6

Тема «Основные позиции рук и ног»

Теория: Беседа . 6 позиции ног, 1-2-2- позиции рук.

Практика: Изучение позиций рук и ног. Перевод из позиции в позицию. Комплекс партерной гимнастики. Упражнения на растяжку.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: самостоятельно находить свое место в зале;

П/и «Мы – листочки»

№7-8

Тема: «Детский танец»

Теория: Беседа о видах детского танца.

Практика: Выполнение основных элементов детского танца. Шаги, бег, прыжки, подскоки…

Партерная гимнастика: упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на растяжку.

П/И «Солнечные зайчики»

### ОКТЯБРЬ

№ 9-10

Тема: «Элементы музыкальной грамоты. Народная хореография» Теория: Дать понятие о русской народной музыке.

Практика: Прослушивание музыкального материала. Определение характера музыки.

Партерная гимнастика. Упражнения на укрепление мышц спины. Упражнения на растяжку.

Этюд «Кукушка».

№11-12

Тема: «Весёлые матрёшки»

Теория: Беседа о русском народном танце.

Практика: Изучение основных элементов русского народного танца. Партерная гимнастика: упражнения на развитие гибкости. Растяжка Этюд «Мы веселые матрешки»

№ 13-14

Тема: «Характер музыки»

Теория: беседа о характере музыки (веселый, грустный);

Практика: определение и передача в движении характера музыки( веселый

,грустный, быстрый медленный)

Партерная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений. Этюд «Ниточка»

№ 15-16

Тема: «Веселые рисунки»

Теория: Беседа о различных формах построения в танце. Практика: Построение в линию, в две линии, в круг.

Партерная гимнастика: Упражнения на развитие стопы. Упражнения на ратяжку.

Этюд «Ниточка»

### НОЯБРЬ

№ 17-18

Тема: «Основные танцевальные шаги» Теория: что такое танцевальный шаг.

Практика: Шаг на полупальцах , с высоким подьемом колена, галоп. Партерная гимнастика: Упражнения на развитие гибкости.

Этюд на оснве танцевальных шагов « Веселый марш»

№ 19-20

Тема: «Попрыгай-ка»

Теория: Беседа о прыжках в танце

Практика: Выполнение различных видов прыжков. На одной ноге, двух ногах. Ритмическая гимнастика «Весёлые ножки»

Комплекс статических упражнений, Упражнения на растяжку. Этюд «Веселые зайчики.

№ 21-22

Тема: «Образ в танце.»

Теория: Беседа с детьми, как выразить образ в танце Практика: Танцевальные игры на основе образов.

Ритмический танец «Зарядка для хвоста»

Гимнастический комплекс партерной гимнастики Танцевальная игра –этюд «Зарядка со зверятками»

№ 23-24

Тема: «Весело танцуем»»

Теория: Беседа о разных видах танца. Практика: Танцевально игровые этюды .

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд «По ровненькой дорожке»

Этюд «Птицы и дождь»

### ДЕКАБРЬ

№ 25-26

Тема: «Весёлые танцоры»

Теория: Беседа о пользе хореографии Практика: Упражнение «Бег по кругу» Ритмический танец «Зимушка-зима»

Игровой растяжка. Гимнастика на ковриках. Этюд «Птицы и дождь».

№ 27-28

Тема: «На птичьем дворе»

Теория: Танцевальные элементы и композиции с атрибутом: платок, бубен, шашка.

Практика: Разминка . Под музыку исполняют движения с платками у девочек, с шаками у мальчиков, образуя при этом круг, линию, стойка в паре. Дети

образуют круг и делают движения «Встреча. Партерная гимнастика. Элементы расслабления. Этюд «На пригорке»

№ 29-30

Тема: «Скоро новый год!!»

Теория: Знакомство с новогодним танцем «Гномики»

Практика: Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости. Танец «Гномики»

№ 31-32

Тема: «Скоро новый год!!»

Теория: Знакомство с новогодним танцем «Гномики»

Практика: Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.

Партерная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости. Танец «Гномики»

### ЯНВАРЬ

№ 33-34

Тема: «Основы детского танца»

Теория: Беседа. Что такое детский танец.

Практика: Разучивание движений детского танца.

Комплекс общеразвивающей гимнастики .Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса..

Этюд «Дружная компания!»

№ 35-36

Тема: «Танцевальные образные движения:» Теория :Беседа «образы в танцах».

Практика: Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой.

Партерная гимнастика. Упражнения для развития мышц спины. Упражнения на растяжку.

Этюд « На горе росла малина»»

№ 37-38

Тема: «Танец в паре»

Теория: Беседа о танце в паре.

Практика: Положение в паре; «ковырялочка», притопы, горловое пение.

Изучение основных прыжков, танцевальных шагов. Движение рук с

продвижением из «круга» в «птичку», из «колонны» в шахматный порядок и из линии в «круг»..

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд «При лужке»

№ 39-40

Тема: «Ориентирование в пространстве «Рисунок танца»» Теория: Расказать о рисунках в танце.

Практика: Построение круга из шеренги. «Круг», шахматный порядок,

«птичка», «колонна». Построение круга из шеренги.

Комплекс упражнений на дыхание. Упражнение на растяжку. Игровой стретчинг. Упражнение «Жуки», «Качалка» «Буратино»

### ФЕВРАЛЬ

№ 41-42

Тема: «Коллективно – порядковые упражнения: «Лесенка» Теория: Что такое коллективно-порядковые упражнения.

Практика: поклон, притоп ногой, поднимание на носок и при этом одновременно вытягиваем руки наверх, вперед, в сторону, вниз, под мышку, над головой.

Партерная гимнастика. Комплекс общеукрепляющих упражнений. Этюд «На веселом бугорке**»**

№ 43-44

Тема: « Обрядовые народные танцы» Теория: что такое обряд.

Практика Основные элементы и танцевальные движения. Основные шаги и прыжки танца. Положение рук, ног, головы и корпуса.

Гимнастика с кубиками

Релаксация под музыку «Отдыхаем». Этюд « Масленница»

№ 45-46

Тема: Эстрадный танец

Теория: Беседа «Что такое эстрадный танец»

Практика: Выполнение основных элементов. Прыжки, шаги, подскоки. Комплекс упражнений на развитие гибкости.

Этюд «Детское время»

№ 47-48

Тема: «Перепляс.»

Теория: Беседа. Что такое перепляс.

Практика: Изучение рисунка танца с движениями. Синхронизировать движений.

Комплекс гимнастических упражнений по выбору детей Танец «Русский перепляс»

### МАРТ

№ 49-50

Тема: «Элементы русской пляски с предметами» Теория: Беседа. Что такое русская пляска.

Практика: Основные положение рук, ног, головы, корпуса.«Елочка», « гармошка», присядки, выпады, «ковырялочки», выстукивание, хлопки. Элементы фланкировки.

Партерная гимнастика. Упражнения для развития силы стопы. Танцевальная композиция «Ойся ты ойся».

№ 51-52

Тема: «Русский шуточный танец «Веселая хохлома»

Теория: Беседа. Что такое хохлома.

Практика: Положение в паре, поворот, марш, притопы.Основные элементы (основной ход, движение рук) Постановка танца. Основные движения для мальчиков: «присядки», «хлопки», «притопы». Основные элементы танца:

«веревочка», «молоточек», «Припадание» Гимнастика с кубиками.

Танец «Веселая хохлома»

№ 53-54

Тема: «Упражнения на ориентирование в пространстве.». Теория: Формировать понятие у детей о рисунках в танце..

Практика: Перестроение из круга в колонну и обратно. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Работа над техникой исполнения.

Партерная гимнастика. Упражение на растяжку. Игра «На грядке»

№ 55-56

Тема: «Танец»

Теория: Беседа о теме танца.

Практика: Постановка танцевальной композиции «Весенние цветы» Упражнения со скакалками и гимн.палками. Упражнения на растяжку.

### АПРЕЛЬ

№ 57-58

Тема: «Детский танец»

Теория: Коллективно-порядковые упражнения: «Часики», «Мячики». Упражнения с предметами. Практика: Разминка по кругу.. Разнообразное упражнение с мячами. Наклоны вперед, назад и в сторону. Выполнение основных элементов детского танца.

Упражнения на растяжку. Комплекс упражнений на развитие силы стопы. Танец «Дети солнца»

№ 59-60

Тема: «Упражнения на ориентирования в пространстве» Теория: Расположение танцевального пространства.

Практика: Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. Работа над техникой исполнения .

Комплекс гимнастики. Упражнения на развитие равновесия. Этюд «Кто, где».»

№61-62

Тема: «Образ в танце»

Теория: Беседа о теме танца.

Практика: Постановка танцевальной композиции «Веселый зоопарк» Упражнения со скакалками и гимн.палками. Упражнения на растяжку.

№ 63-64

Тема: «Танцевальные бытовые элементы: «Полоскать платочки», «Хозяюшки»» Теория: Понятие бытовых танцевальных элементов.

Практика: Шаг с ударом, кружение. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой, прямой галоп, пружинка, подскоки.

Комплекс танцевальной гимнастики.

Танец «Полоскаем и стираем, маме помогаем.»

№ 65-66

Тема: «Танцевальные игры: «Ловушка»» Теория: Для чего нужны танцевальные игры.

Практика: Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ.

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд «Прятки»

### МАЙ

№ 65-66

Тема: «Танцевальные игры: «Ловушка»» Теория: Для чего нужны танцевальные игры.

Практика: Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ.

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд «Прятки.»

№ 67-68

Тема: «Солнечный край!»

Теория: Подготовка к отчетному концерту. Составление репертуара. Беседа с детьми о теме концерта.

Практика: Повторение элементов казачьего танца. Шаги, ходы, притопы. Гимнастика для стоп.

№ 69-70

Тема: «Подготовка к концерту.»

Теория: Беседа о танцевальной композиции.

Практика: Разучивание танцевальной композиции «На лугу»

№ 71-72

Тема: «Подготовка к концерту. Концерт»

Теория: Беседа о ходе отчетного концерта.

Практика: Повторение изученного материала. Повторение танцевальных композиции.

Отчетный концерт.

### Четвертый год обучения (подготовительная к школе группа)

2 занятие в неделю, всего 72 занятия в год (сентябрь – май). Занятия включают в себя теоретическую и практическую части.

### Учебно-тематический план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | **Наименование разделов и тем** | **Основные виды деятельности** | **Количество часов** |
| ***1.*** | Организационное занятие | Инструкутаж по технике безопасности.Знакомство с детьми. | 1 |
| ***2.*** | Элементы музыкальной грамоты. | Освоение темпа ритма музыки. | 15 |
| ***3.*** | Развитие физических данных | Все виды гимнастики, ритмические упражнения, ориентация в пространстве специальные упражнения на развитие двигательных качеств,гибкость, и т.д. | 18 |
| ***6.*** | Основные позиций рук и ног, постановка корпуса. | Изучение основных позиций рук и ног, Правильная постановка корпуса | 15 |
| ***7.*** | Детский танец | Разучивание Основных элементовдетского танцаю Шаги, бег, подскоки. | 5 |
| ***8.*** | Элементы народной хореографии . Основырусского танца. | Изучение основных элементов народного танца, музыка, костюм,обряды традиции. Ходы шаги и тд. | 5 |
| ***9.*** | Элементы эстрадного танца. | Изучение основных элементов эстрадного танца, музыка, костюм.Основные шаги, подскок. | 5 |
| ***10.*** | Этюды, танцевальные композиции | Составление этюдов, танцевальных композиций. | 8 |
|  |  |  | Итого: 72 часа |

**Содержание учебно - тематического плана работы**

### СЕНТЯБРЬ

№1-2

Тема: «Техника безопасности»

Теория: Основные правила поведение в танцевальном зале, правила техники безопасности. Что такое танец?

Практика: остановка корпуса, рук. ног и головы. Положение рук на талии. Партерная гимнастика: комплекс общеразвивающих упражнений.

Этюд «Весеняя пора»

№3-4

Тема: «Азбука танца»

Теория: Ознакомить детей с терминами хореографии.

Практика: Положение рук на талии, позиции ног и рук: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная. Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.

Разновидности танцевальной ходьбы и бега, поскоки с ноги на ногу. Упражнения на гимнастическом коврике

Этюд «Куклы».

№5-6

Тема: «Упражнение с предметами»

Теория:Беседа «Как нужно работать с предметами».

Практика: Ходьба с предметом, с высоким подниманием бедра, с различным положением рук Танцевальный шаг с носка, переменный шаг, шаг на носок одновременно с различными положениями рук.

Гимнастика. Упражнения на развитие гибкости. Растяжка. Этюд «Мой веселый мяч»

№7-8

Тема: «Осень»

Теория: Беседа о природных явлениях осени.

Практика: Танцевально подвижная игра «Собираем урожай» Гимнастика. Упражнения на развитие мышц брюшного пресса. Этюд «Собираем урожай»

### ОКТЯБРЬ

№ 9-10

Тема: «Элементы музыкальной грамоты. Народная хореография» Теория: Дать понятие о русской народной музыке.

Практика: Прослушивание музыкального материала. Определение характера музыки.

Партерная гимнастика. Упражнения на укрепление мышц спины. Упражнения на растяжку.

Этюд «Кукушка».

№11-12

Тема: «Весёлые матрёшки»

Теория: Беседа о русском народном танце.

Практика: Изучение основных элементов русского народного танца. Партерная гимнастика: упражнения на развитие гибкости. Растяжка Этюд «Мы веселые матрешки»

№13-14

Тема: «Характер музыки»

Теория: беседа о характере музыки (веселый, грустный);

Практика: определение и передача в движении характера музыки( веселый

,грустный, быстрый медленный)

Партерная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений. Этюд «Ниточка»

№15-16

Тема: «Веселые рисунки»

Теория: Беседа о различных формах построения в танце. Практика: Построение в линию, в две линии, в круг.

Партерная гимнастика: Упражнения на развитие стопы. Упражнения на ратяжку.

Этюд «Ниточка»

### НОЯБРЬ

№17-18

Тема: «Основные танцевальные шаги» Теория: что такое танцевальный шаг.

Практика: Шаг на полупальцах , с высоким подьемом колена, галоп. Партерная гимнастика: Упражнения на развитие гибкости.

Этюд на основе танцевальных шагов « Веселый марш»

№19-20

Тема: «Попрыгай-ка»

Теория: Беседа о прыжках в танце

Практика: Выполнение различных видов прыжков. На одной ноге, двух ногах. Ритмическая гимнастика «Весёлые ножки»

Комплекс статических упражнений, Упражнения на растяжку. Этюд «Веселые зайчики.

№21-22

Тема: «Образ в танце.»

Теория: Беседа с детьми, как выразить образ в танце Практика: Танцевальные игры на основе образов.

Ритмический танец «Зарядка для хвоста»

Гимнастический комплекс партерной гимнастики Танцевальная игра –этюд «Зарядка со зверятками»

№23-24

Тема: «Весело танцуем»»

Теория: Беседа о разных видах танца. Практика: Танцевально игровые этюды.

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд «По ровненькой дорожке»

Этюд «Птицы и дождь»

### ДЕКАБРЬ

№25-26

Тема: «Азбука танца» Теория: Основы хореографии.

Практика: Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танцевальные шаги с носка. Приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, в круг.

Ритмический танец «Зимушка-зима»

Комплекс танцевальной гимнастики. Упражнения на развитие равновесия

№27-28

Тема: «Темп, ритм»

Теория: «Что такое темп и ритм в музыке.

Практика: упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков, Упражнения для пластики рук. Поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.

Гимнастика. Упражнения для развития мышц спины. Танцевалная композиция «Веселый марш»

№ 29-30

Тема: «Постановка танца- этюда: «У ворот». Теория: Беседа о танце.

Практика: Основные элементы народного танца. Шаги, ходы, бег подскоки. Гимнастика. Упражнения на развитие голеностопного сустава.

Этюд «У ворот»

№ 31-32

Тема: «Ориентирование в пространстве «Рисунок танца»» Теория: Расказать о рисунках в танце.

Практика: Построение круга из шеренги. «Круг», шахматный порядок,

«птичка», «колонна». Построение круга из шеренги.

Комплекс упражнений на дыхание. Упражнение на растяжку. Игровой стретчинг. Упражнение «Жуки», «Качалка» «Буратино» Тнец- по выбору детей.

### ЯНВАРЬ

№ 33-34

Тема: «Основы детского танца»

Теория: Беседа. Что такое детский танец.

Практика: Разучивание движений детского танца.

Комплекс общеразвивающей гимнастики. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.

Этюд «Дружная компания!»

№ 35-36

Тема: «Танцевальные образные движения:» Теория: Беседа «образы в танцах».

Практика: Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой.

Партерная гимнастика. Упражнения для развития мышц спины. Упражнения на растяжку.

Этюд « На горе росла малина»»

№ 37-38

Тема: «Танец в паре»

Теория: Беседа о танце в паре.

Практика: Положение в паре; «ковырялочка», притопы, горловое пение.

Изучение основных прыжков, танцевальных шагов. Движение рук с

продвижением из «круга» в «птичку», из «колонны» в шахматный порядок и из линии в «круг».

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд «При лужке»

№ 39-40

Тема: «Ориентирование в пространстве «Рисунок танца»» Теория: Расказать о рисунках в танце.

Практика: Построение круга из шеренги. «Круг», шахматный порядок,

«птичка», «колонна». Построение круга из шеренги.

Комплекс упражнений на дыхание. Упражнение на растяжку. Игровой стретчинг. Упражнение «Жуки», «Качалка» «Буратино» Тнец- по выбору детей.

### ФЕВРАЛЬ

№ 41-42

Тема: «Коллективно – порядковые упражнения: «Лесенка» Теория: Что такое коллективно-порядковые упражнения.

Практика: поклон, притоп ногой, поднимание на носок и при этом одновременно вытягиваем руки наверх, вперед, в сторону, вниз, под мышку, над головой.

Партерная гимнастика. Комплекс общеукрепляющих упражнений. Этюд «На веселом бугорке**»**

№ 43-44

Тема: « Обрядовые народные танцы» Теория: что такое обряд.

Практика Основные элементы и танцевальные движения. Основные шаги и прыжки танца. Положение рук, ног, головы и корпуса.

Гимнастика с кубиками

Релаксация под музыку «Отдыхаем». Этюд « Масленница»

№ 45-46

Тема: Эстрадный танец

Теория: Беседа «Что такое эстрадный танец»

Практика: Выполнение основных элементов. Прыжки, шаги, подскоки. Комплекс упражнений на развитие гибкости.

Этюд «Детское время»

№ 47-48

Тема: «Перепляс.»

Теория: Беседа. Что такое перепляс.

Практика: Изучение рисунка танца с движениями. Синхронизировать движений.

Комплекс гимнастических упражнений по выбору детей Танец «Русский перепляс»

### МАРТ

№ 49-50

Тема: «Элементы русской пляски с предметами» Теория: Беседа. Что такое русская пляска.

Практика: Основные положение рук, ног, головы, корпуса. «Елочка», « гармошка», присядки, выпады, «ковырялочки», выстукивание, хлопки. Элементы фланкировки.

Партерная гимнастика. Упражнения для развития силы стопы. Танцевальная композиция «Ойся ты ойся».

№ 51-52

Тема: «Русский шуточный танец «Веселая хохлома»» Теория: Беседа. Что такое хохлома.

Практика: Положение в паре, поворот, марш, притопы.Основные элементы (основной ход, движение рук) Постановка танца. Основные движения для мальчиков: «присядки», «хлопки», «притопы». Основные элементы танца:

«веревочка», «молоточек», «Припадание» Гимнастика с кубиками.

Танец «Веселая хохлома»

№ 53-54

Тема: «Упражнения на ориентирование в пространстве.». Теория: Формировать понятие у детей о рисунках в танце..

Практика: Перестроение из круга в колонну и обратно. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Работа над техникой исполнения.

Партерная гимнастика. Упражение на растяжку. Игра «На грядке»

№ 55-56

Тема: «Танец»

Теория: Беседа о теме танца.

Практика: Постановка танцевальной композиции «Весенние цветы» Упражнения со скакалками и гимн.палками. Упражнения на растяжку.

### АПРЕЛЬ

№ 57-58

Тема: «Детский танец»

Теория: Коллективно-порядковые упражнения: «Часики», «Мячики». Упражнения с предметами. Практика: Разминка по кругу.. Разнообразное упражнение с мячами. Наклоны вперед, назад и в сторону. Выполнение основных элементов детского танца.

Упражнения на растяжку. Комплекс упражнений на развитие силы стопы. Танец «Дети солнца»

№ 59-60

Тема: «Упражнения на ориентирования в пространстве» Теория: Расположение танцевального пространства.

Практика: Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. Работа над техникой исполнения .

Комплекс гимнастики. Упражнения на развитие равновесия. Этюд «Кто, где».»

№61-62

Тема: «Образ в танце» Теория: Беседа о теме танца.

Практика: Постановка танцевальной композиции «Веселый зоопарк» Упражнения со скакалками и гимнастическими палками. Упражнения на растяжку.

№ 63-64

Тема: «Танцевальные бытовые элементы: «Полоскать платочки», «Хозяюшки»» Теория: Понятие бытовых танцевальных элементов.

Практика: Шаг с ударом, кружение. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой, прямой галоп, пружинка, подскоки.

Комплекс танцевальной гимнастики.

Танец «Полоскаем и стираем, маме помогаем.»

№ 65-66

Тема: «Танцевальные игры: «Ловушка»» Теория: Для чего нужны танцевальные игры.

Практика: Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ.

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд « Прятки.»

### МАЙ

№ 65-66

Тема: «Танцевальные игры: «Ловушка»» Теория: Для чего нужны танцевальные игры.

Практика: Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ.

Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку. Этюд « Прятки.»

№ 67-68

Тема: «Солнечный край!»

Теория: Подготовка к отчетному концерту. Составление репертуара. Беседа с детьми о теме концерта.

Практика: Повторение элементов казачьего танца. Шаги, ходы, притопы. Гимнастика для стоп.

№ 69-70

Тема: «Подготовка к концерту.»

Теория: Беседа о танцевальной композиции.

Практика: Разучивание танцевальной композиции «На лугу»

№ 71-72

Тема: «Подготовка к концерту. Концерт» Теория:Беседа о ходе отчетного концерта.

Практика: Повторение изученного материала. Повторение танцевальных композиции.

Отчетный концерт.

### Планируемые результаты освоения Программы

Планируемые результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров и показателей эффективности освоения дополнительной образовательной программы по хореографии.

В результате освоения данной дополнительной образовательной программы по хореографии воспитанники подготовительных к школе групп должны знать, уметь:

* ребенок чувствует и ощущает музыкальный ритм;
* у ребенка сформирована потребность к творческому самовыражению; ребенок владеет приемами, связками движений в танцевальных композициях;
* у ребенка развиты навыки двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гиб кости, координационных способностей;
* у ребенка развита правильная осанка; ребенок владеет культурой общения в паре, в танце, с окружающими.

### Формы аттестации. Оценочные материалы

Реализация данной дополнительной образовательной Программы предполагает оценку индивидуального развития уровня хореографических данных детей подготовительных к школе групп. Такая оценка производится воспитателем по хореографии в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей 6-7 лет, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1. индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
2. оптимизации работы с группой детей.

**Цель диагностической работы** – изучить особенности проявления у детей танцевально – ритмических способностей и развитие хореографических данных.

### Задачи:

1. Изучить продвижение ребенка в освоении различных видов танцевальных движений и изменении или развития их физических данных.
2. Составить объективное и информативное представление об индивидуальной траектории развития каждого воспитанника.
3. Собрать фактические данные для обеспечения диагностической процедуры, которые отражают освоение ребенком области художественно – эстетического развития и выражаются в параметрах его развития.
4. Обеспечить контроль за решением образовательных задач, что дает

возможность более полно и целенаправленно использовать методические ресурсы образовательного процесса.

Форма проведения: наблюдение, групповая и индивидуальная.

Педагогическая диагностика, направленная на выявление уровня развития и изменения хореографических данных детей 6-7 лет средствами танца. Диагностика проводится два раза в год: в начале и в конце учебного года (первая половина сентября и вторая половина мая).

Для проведения диагностики необходимо заранее подобрать и разработать танцевально-ритмические движения и специальные упражнения для детей.

### Диагностика уровня хореографических данных для детей подготовительных к школе групп

**Условные обозначения:**

☼ - отлично (высокий уровень)

* - хорошо (средний уровень)
* - удовлетворительно (низкий уровень)
* - плохо (не освоен)

### Критерии оценивания:

1. **Складочка стоя.** Ноги вместе, колени прямые, тянемся руками к полу, необходимо ладошками достать до пола.

Анализируется степень растянутости подколенных сухожилий.

☼ - ладони лежат свободно на полу;

* -пальцы рук касаются пола;

□- пальцы рук совсем рядом с полом;

* -пальцы рук далеко от пола.
1. **Прыжки с поджатыми ногами.** Руки на пояс, ноги вместе. Необходимо сделать три прыжка подряд, подгибая ноги и касаясь пятками ягодиц.

Анализируетсяballon ребенка.

☼ - 3 легких, правильно выполненных прыжка (без остановок);

* - 3 легких прыжка, правильно выполненных прыжка (с паузой между прыжками);
* - тяжелые и низкие прыжки;
* - не выполнено ни одно правильного прыжка.
1. **I выворотная позиция.** Классическая первая позиция в ногах, руки на пояс. Анализируется выворотность ног в голеностопном суставе.

☼ - легко выполнено задание;

* - слабо выворотная позиция, но устойчивая;
* - слабо выворотная позиция, не хватает равновесия
* - неустойчивая, невыворотная позиция.
1. **Продольная растяжка.** Лежа ни спине, руки в сторону, ноги вытянуты в коленях. При помощи преподавателя тянем ногу к лицу (вперёд, всторону).

Анализируется степень растяжения паховых связок.

☼ - нога почти достает лица;

* - больше 90° от пола, но не достает лица;
* - 90° от пола;
* - меньше 90° от пола.
1. **«Лягушка».** Сидя, спина прямая, стопы полностью касаются друг друга, колени тянем к полу.

Анализируется выворотность ног в тазобедренном суставе, степень растяжения паховых связок.

☼ - колени достают пола;

* - колени почти достают пола;
* - колени 45° от пола;
* - колени больше 45° от пола.
1. **«Корзинка».** Лежа на животе, руки возле груди, прямые в локтях; прогиб назад; ногами коснуться до головы.

Анализируется гибкость спины.

☼ - ноги касаются головы;

* - ноги находятся рядом с головой;
* - ноги далеко от головы;
* - трудно прогнуться в спине, ноги практически не сгибаются.

**1. «Мостик».** Исходное положение — лежа на спине, ноги вместе, руки вытянуты вдоль туловища. Техника выполнения — согнуть колени, стопы поставить возле ягодиц на ширину плеч. Согнуть руки в локтях и поставить ладонями на пол под плечевой пояс, пальцами в направлении ног. Поднять таз, прогнуться в спине и стоять на руках и ногах, стараясь их выпрямить. Дыхание свободное. После выполнения упражнения лечь на пол и расслабиться.

Анализируется гибкость спины.

☼ - ребёнок самостоятельно выполняет упражнение (без помощи педагога), расстояние между пятками и пальцами рук минимальное, может выполнить упражнение из положения стоя;

* - ребёнок самостоятельно выполняет упражнение (без помощи педагога), расстояние между пятками и пальцами рук среднее, может выполнить упражнение из положения стоя возле стенки;
* - ребёнок не может достаточно прогнуться в спине и вытянуть руки в локтях, положение «полумостик», может выполнить упражнение с помощью педагога;
* - ребёнку трудно прогнуться в спине и встать на вытянутые руки.
1. **Хлопки.** Необходимо отхлопать ритмический рисунок, например, 3-3; 1-2-1; 1-1-3. Или можно предложить ребёнку прохлопать любую хорошо считаемую с чётким ритмом мелодию.

Анализируются ритмические способности ребенка.

☼ - 3 правильно

* - 2 правильно
* - 1 правильно
* - ни один не правильно.

Все полученные в ходе диагностики данные заносятся в таблицу.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Список детей** | **Складочка стоя** | **Прыжки с****поджатыми** | **Первая выворотная позиция** | **Продольная растяжка** | **«Лягушка»** | **«Корзиночк а»** | **«Мостик»** | **Хлопки** |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

# Комплекс организационно-педагогических условий

## Календарный учебный график

#### Режим занятий

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному заведующим.

Начало занятий по дополнительному образованию детей– 01 сентября. Окончание занятий – 30 мая.

Летние каникулы – с 01 июня по 31 августа.

***Количество часов****,* отведённых на освоение воспитанниками учебного плана

|  |  |
| --- | --- |
| Год обучения | Количество часов |
| В неделю | В месяц | В год |
| 1 | 2 | 8 | 72 |
| 2 | 2 | 8 | 72 |
| 3 | 2 | 8 | 72 |
| 4 | 2 | 8 | 72 |
| Всего часов по программе: 288 |

***Комплектование групп*** дополнительного образования детей: в течении учебного года по заявлению родителей.

## Условия реализации программы

Программа хореографического кружка оказывается в соответствии с изменениями в лицензии МАДОУ д/с № 2 «Орленок» на право осуществления образовательной деятельности по дополнительным программам, указанным в приложениях к лицензии, с Уставом, с тарификацией, приказами по образовательному учреждению.

***Кадровое обеспечение:*** проводит занятия хореограф, педагог дополнительного образования.

#### Материально-технические условия:

Дополнительная образовательная деятельность по хореографии проходит в специально оборудованном зале, отвечающим гигиеническим требованиям и правилам пожарной безопасности, с достаточной площадью для выполнения поставленных педагогом задач, с хорошим освещением, специальным покрытием на полу. Для занятий в партере необходимы гимнастические коврики. Необходимо наличие технические средства обучения: магнитофон или музыкальный центр с записанными фонограммами на кассетах или аудио- дисках, телевизор, DVD плейер. Необходимо так же наличие предметного материала: крупные и мелкие мячи, гимнастические ленты, обручи, игрушки, аксесуары для народных танцев, бутофория для танцев.

Детям для занятий хореографией необходима специальная одежда и обувь.

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек:

Гимнастический купальник (белого или чёрного цвета). Юбочка шифоновая (в тон цвету купальника). Балетки белого цвета (или чешки), носки. Волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков:

 Футболка белого цвета. Шорты темного цвета или штаны из лёгкой ткани, не облегающие, свободные. Балетки белого или черного цвета (или чешки), носки

## Методические материалы: описание общей методики работы

### Содержание педагогической работы

Занятия по хореографии с воспитанниками проводится 8 раза в месяц. С целью сохранения здоровья, и исходя из программных требований, продолжительность занятия соответствует возрасту детей и составляет от 15 до 30 минут. Программа рассчитана на 72 занятия в год.

Занятия по хореографии имеют свою структуру. Каждое занятие состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

* 1. ***Вводная часть занятия*** занимает 5% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: разминка, упражнения на ориентировку в пространстве.
	2. ***Основная часть*** занимает 85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: движения из танцевальной азбуки, используются упражнения партерной гимнастики, творческая деятельность (танцевальный репертуар).
	3. ***Заключительная часть*** занятия длится от 3 до 5 % общего времени. Здесь используются упражнения на восстановление дыхания и расслабления мышц. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Данная программа дополнительной образовательной деятельности по хореографии включает в себя следующие ***разделы***:

1. Упражнения для разминки.
2. Упражнения на ориентировку в пространстве.
3. Танцевальная азбука.
4. Партерная гимнастика (партерный экзерсис).
5. Творческая деятельность (танцевальный репертуар).

### Содержание программы по разделам.

**РАЗДЕЛ 1. Упражнения для разминки.**

Данный раздел программы проводится на каждом занятии. Здесь происходит проработка и постепенное включение всех основных групп

суставов и мышц (головы, шеи, плеч, корпуса, рук, колена, стопы) в работу. Упражнения, предлагаемые в этом разделе, проводятся под современную ритмичную музыку, что создает благоприятный фон и повышает интерес к упражнениям.

**РАЗДЕЛ 2. Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Данный раздел программы позволяет детям познакомиться с таким понятием как «рисунок танца» и его многообразием, которое включает в себя различные перестроения, переходы и построения (круг в круге, «звёздочка», колонны, линии, диагонали, шахматный порядок и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и на сценической площадке. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети учатся в хореографических этюдах и номерах сменять один рисунок на другой.

**РАЗДЕЛ 3. Танцевальная азбука.**

Этот раздел включает в себя освоение основных базовых и усложнённых элементов и движений классического, народного, бального и современного танцев. Основные проученные элементы и движения затем складываются в отдельные танцевальные комбинации, которые по мере усвоения детьми усложняются, исполняются в более быстром темпе.

**РАЗДЕЛ 4.Партерная гимнастика (партерный экзерсис).**

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Партерная гимнастика включает в себя упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп. Все движения партерного экзерсиса носят образные названия – «лягушка»,

«лодочка», «корзинка», «берёзка», «книжечка», «мостик» и т.д. А так же данный раздел программы включает элементы акробатики – кувырки, мостики и подготовительные упражнения к изучению более сложных элементов.

**РАЗДЕЛ 5. Творческая деятельность (танцевальный репертуар).**

Главным её направлением является постановочная работа. Дети принимают участие в создании танцевальных композиций. Дети должны приобрести определённые танцевальные навыки и овладеть техникой исполнения определённых движений, что позволяет педагогу задействовать их в постановочном процессе.

Естественно, что при разучивании танцев придется столкнуться с трудностями, так как будут сложные движения, должна быть манера исполнения, артистизм. Танцы должны быть интересны детям и понятны. Танцы создаются на основе различных хореографических направлений, согласно сценарию праздников.

Большое значение имеет правильный выбор танца для исполнения детьми. Выбирать танец нужно, прежде всего, в соответствии с возрастом и степенью подготовленности юных исполнителей. Необходимо подбирать для танцев темы, которые будут детям интересны и они смогут себя проявить в них наиболее ярко. Очень тщательно нужно подходить к выбору танцевального образа и помнить о том, что дети должны оставаться детьми, и не все образы им могут быть понятны.

Составной частью танцевальных композиций является обучение детей ориентированию в пространстве: движение по кругу, квадрату, диагонали,

«змейками», «восьмерками», парами, тройками, цепочками, со сменой партнера, направления движения и т.п. Поэтому очень важно, чтобы воспитанники подготовительных к школе групп были знакомы не только с основными простейшими рисунками танца, но и более сложными и могли самостоятельно выполнять движения в заданных композиционных построениях.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

#### Формы, способы, методы и средства реализации программы

Занятие составляется согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствует возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

* Начальный этап – обучение упражнению *(отдельному движению)*;
* Этап углубленного разучивания упражнений;
* Этап закрепления и совершенствования упражнения.

### Этапы обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Начальный этап** | **Этап углубленного** | **Этап закрепления и совершенствования** |
|  | **разучивания** |  |
| -название | -уточнение двигательных | -закрепление двигательного |
| упражнения; | действий; | навыка; |
| - показ; | -понимание | -выполнение упражнений в более |
| -объяснение | закономерностей | быстром темпе; |
| техники; | движения; | -использование упражнений в |
| -исполнение | -усовершенствование | комбинации с другими |
| упражнений. | ритма; | упражнениями. |
|  | -свободное и слитное |  |
|  | выполнение упражнения. |  |

Построение дополнительной образовательной деятельности основывается на адекватных возрасту, разнообразных формах работы с детьми. В данном образовательном процессе используются следующие ***формы*** и приёмы работы с детьми подготовительных к школе групп:

* ***коллективная***, которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив;
* ***групповая***, в которой обучение проводится с группой воспитанников, имеющих общее задание и взаимодействующих между собой (при постановке хореографических номеров);
* ***парная***, предполагающая общение с двумя воспитанниками при постановке дуэтных танцев;
* ***индивидуальная***, используемая для работы с воспитанниками по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру

### Методы реализации образовательной программы

Для обеспечения эффективного взаимодействия педагога и детей в ходе реализации Программы используются в комплексе разные методы.

Выбор и сочетание методов и приемов обучения зависит от:

* содержания учебного материала;
* возрастных особенностей детей (в старшем дошкольном возрасте повышается роль словесных методов обучения);
* формы организации обучения (педагог выбирает ведущий метод и к нему предусматривает разнообразные приемы);
* оснащенности педагогического процесса.

 **Игровой метод.** Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать каждое занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

 **Метод аналогий.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация). Здесь педагог по хореографии, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

 **Словесный метод.** Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

 **Практический метод** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения, упражнения или комбинации.

 **Наглядный метод** заключается в выразительном показе под счет, с музыкой. Показ движения или комбинации может быть осуществлён не только воспитателем по хореографии, но и в пример можно привести лучшее исполнение кого-нибудь из детей. Данный метод является ведущим при обучении детей в дополнительной образовательной деятельности по хореографии. Все движения педагогом по хореографии должны показываться и исполняться в полную ногу. Первоначально показ осуществляется под счёт и только потом под музыку.

### Взаимодействие с семьей

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Приобщение детей к хореографическому искусству может успешно осуществляться лишь при условии тесного контакта педагогов дошкольного учреждения с семьёй (в соответствии с требованиями ФГОС, родители становятся непосредственными участниками образовательного процесса в ДОУ).

**Цель*:*** акцентировать внимание на взаимодействии между семьей и дошкольным учреждением в подходах к решению задач по освоению детьми азов хореографического искусства, ориентировать родителей на дальнейшей развитие ребёнка в области хореографического искусства.

С этой целью хореограф знакомит родителей с динамикой развития способностей детей к овладению искусством хореографии, с достижениями детей в области физического и художественно-эстетического развития, с репертуаром, осваиваемым детьми в дошкольном образовательном учреждени*.*

**Задача педагога*:*** раскрыть перед родителями способности, склонности ребёнка к освоению и овладению хореографическим искусством, заинтересовать, увлечь творческим процессом развития гармоничного становления личности, его духовной и эмоциональной восприимчивости.

### Формы взаимодействия и сотрудничества с семьёй:

* + Наглядное информирование: брошюры, памятки, рекомендации;
	+ Индивидуальное консультирование;
	+ Родительские собрания;
	+ Показательные мероприятия (выступления на праздниках, конкурсах, фестивалях и т.д.).

### План работы с родителями

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Срок** |
| 1. | Предоставление информации о занятиях | еженедельно |
| 2. | Индивидуальные беседы и консультации по проблемам воспитания детей, возникающие в процессе занятий. | еженедельно |
| 3. | Проведение индивидуальных консультаций с родителями по вопросам закрепления материала, пройденного на занятиях по «Хореографии»; по подготовке костюмов к праздникам. | сентябрь - май |
| 4. | Памятка для родителей «Значение формы одежды для занятий хореографией» | сентябрь |
| 5. | Памятка для детей и родителей «Культура поведения в театре» | декабрь |
| 6. | Памятка для родителей «Что такое хореография и её роль в эстетическом воспитании детей» | январь |

#### Формы подведения итогов работы кружка:

* Открытое итоговое занятие (отчетный концерт).
* Опрос родителей с целью изучения мнения родителей о работе кружка и полученных детьми знаний за время обучения.

## Список использованной литературы

* 1. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. - М.: Просвещение, 1984.
	2. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение». - М., 1984.
	3. Белов М. «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства». - М., 1953.
	4. Богданов Г. Работа над сценической русской народной хореографией. - М., 2009.
	5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической

пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста - 2-е изд., испр. и доп. - СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.

* 1. Ваганова А.Я. Основы классического танца: учебник для высших и средних учебных заведений. - СПб.: Лань,2007.-191с.
	2. Васильева-Рождественская Н.В. Историко-бытовой танец. - М., 2011.
	3. Гафт А.М. исправление дефектов осанки на занятиях хореографией. Профилактика травматизма. Самомассаж. Методические рекомендации. 2010 г.,
	4. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». - М., 2004.
	5. Гусев Г.П. «Этюды». - М., 2004.
	6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М.:Владос,2003. - 200с. 12.Ерохина О.В. Школа танцев. Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. - 223с.

13. Звездочкин В.А. «Классический танец». - Ростов-на-Дону, 2003. 14.Иванов В.А. «Детский танец», методическое пособие, Пермь, 1998 15.Мессер А.М.Уроки классического танца.- СПб.: Лань, 2004.- 400с.