

Комитет по образованию города Барнаула
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
МБДОУ «Детский сад № 234» комбинированного вида

РАССМОТРЕНО и ПРИНЯТО
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ
Протокол № 1
« 24 » 08 2022 года



5 -осн
8 2022 года
С. В. Мефтохутдинова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ»

Направленность	физкультурно-спортивная
Срок реализации	9 месяцев
Возраст обучающихся	3-7 лет
Автор-составитель	Чаплыгина Юлия Анатольевна хореограф

Барнаул
2022

Содержание

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи Программы	4
1.3.	Содержание Программы	4
1.4.	Планируемые результаты освоения Программы	8
2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	11	
2.1.	Календарный учебный график, учебный план	3711
2.2.	Условия реализации программы	61
2.4.	Оценочные материалы	66
2.5.	Методические материалы	67
	Список литературы	68
	Лист изменений и дополнений	69

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

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

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

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

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

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

1.2. Цель и задачи Программы

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

Задачи:

Образовательные:

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

Развивающие:

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

Воспитательные:

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

1.3. Содержание Программы

Принципы и подходы к формированию Программы

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

2. Принцип единства воспитательных, развивающих и образовательных целей, в процессе реализации которых учитываются интересы и способности воспитанников.

3. Принцип научной обоснованности и практической применимости.

4. Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Этот принцип дает возможность развивать в единстве эмоциональную, познавательную и практическую сферы личности ребенка.

5. Принцип гуманизации – признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка.

6. Комплексно-тематический подход к построению образовательного процесса.

7. Системный подход формирования программы, в которой все компоненты взаимосвязаны и взаимозависимы.

8. Подход «от простого к сложному», который пронизывает все структурные части занятий во всех возрастных группах.

Порядок реализации Программы, структура занятий

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

Занятия по обучению хореографии проводятся 2 раза в неделю с 14 сентября по 31 мая. Время занятий соответствует документу: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» и составляет в младшей группе – 15 минут, в средней – 20 минут, в старшей – 25 минут, в подготовительной – 30 минут.

Программа рассчитана на обучение детей с 3 до 7 лет.

Количество часов на реализацию: занятия проводятся 2 раза в неделю, общее количество – 68 часов в учебном году в каждой возрастной группе.

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

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

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

Занятие состоит из:

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

- Основной части – изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность – от 10 до 25 минут.

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

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

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

Возрастные особенности воспитанников

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

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

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет

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

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

Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет

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

Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет

Дети 5-6 лет способны выделять и сравнивать признаки отдельных явлений, в том числе и в области хореографии, устанавливать между ними связи. В этом возрасте ребенок не только предпочитает тот или иной вид танца, но и избирательно относится к предлагаемому репертуару, так же способен испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. У воспитанников появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа. Дети этого возраста проявляют в движении ловкость, быстроту, умение двигаться и ориентироваться в пространстве, в коллективе. Больше внимания обращают на звучание музыки, лучше согласовывают движения с ее характером, формой, динамикой. Укрепляются эмоциональные связи с педагогом, танцевальные движения и комбинации требуют показа лишь на этапе разучивания, композиционные перестроения во время танца выполняются с участием педагога так же лишь на

подготовительном этапе. Используется наглядный материал: картинки с изображением фигур композиции, картинки с изображениями различных предметов, животных и др. для импровизационных игр и заданий.

Возрастные особенности детей от 6 до 7 лет

Дети 6-7 лет воспитываются в подготовительной к школе группе. Развиваются умственные способности детей, обогащается их мышление. Физическое развитие совершенствуется в различных направлениях и, прежде всего, выражается в овладении основными видами танцевальных движений, в их скоординированности. Возникает еще большая возможность использовать движение как средство и способ развития музыкального восприятия, выражения себя средствами хореографии. Пользуясь танцевальным движением, воспитанник стремится проявить себя творчески, часто предлагая свое видение исполнения танцевальной постановки. В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии двигательной активности, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает желание и способность к исполнению разнообразных и сложных по координации танцевальных движений.

Выступления перед зрителями становятся достаточно выразительными, движения четкими, а групповая работа слаженной и уверенной. Педагог сотрудничает с детьми, побуждая их проявлять себя творчески, стимулируя их к придумыванию собственных движений, комбинаций, сюжетов для танцев.

1.4. Планируемые результаты освоения Программы

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

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

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

У обучающегося:

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

К концу обучения в возрастной группе от 4 до 5 лет обучающийся:

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

У обучающегося:

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

К концу обучения в возрастной группе от 5 до 6 лет обучающийся:

- будет способен к волевым усилиям в процессе освоения новых движений и танцев;
- будет знать основные понятия: экзерсис, партер, композиция, сюжет, парный танец, ритм;
- будет ориентироваться в основных композиционных построениях: диагональ, змейка, улитка, разноброс;
- будет понимать композицию танца, перестраиваясь и выполняя танцевальные движения;
- будет уметь согласовывать танцевальные движения в парном танце;
- будет иметь представление об основных позициях ног и рук, ориентироваться в них;
- будет стремиться танцевать синхронно со всей группой, под заданный музыкой ритм, координировать одновременно движения рук, ног и корпуса;
- получит первоначальные навыки простой танцевальной импровизации.

У обучающегося:

- будет сформирован интерес к разнообразию направлений хореографического искусства;
- будет развит интерес к групповому исполнению;
- будет проявлять ярко выраженный интерес к самостоятельному исполнению танцевальных движений и комбинаций.

К концу обучения в возрастной группе от 6 до 7 лет обучающийся:

- будет знать и понимать основные понятия: исполнительское мастерство, современный танец и его направления, выразительность, постановка корпуса в классическом и современном танцах;
- будет запоминать названия новых хореографических элементов, движений и связок, использовать их в общении с педагогом и другими воспитанниками группы;
- будет чувствовать динамические оттенки в музыке и с интересом передавать их в движении;
- будет стремиться выразительно исполнять изученные движения и танцы в целом, исполнять хореографические движения в ускоренном темпе, самостоятельно;
- научится хорошо ориентироваться в пространстве сцены;
- будет стремиться самостоятельно придумывать и предлагать новые движения для танцевальных постановок.

У обучающегося:

- будут развиты творческие способности к танцевальной импровизации;
- будет воспитано чувство коллектива, команды;
- будет сформирована активная позиция к исполнительству на сцене;
- будет сформировано ответственное отношение к занятиям.

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

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

Процесс проведения мониторинга:

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

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

Задание на композицию может проводиться в виде исполнения хоровода с использованием карточек-заданий с изображением

композиционных фигур танца. В возрастной группе 3-4 года определяется методом наблюдения по ходу занятия, во время игры Иголочка-ниточка.

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

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Учебно – тематическое планирование

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

Темы для всех возрастных групп:

Тема – Вводное занятие.

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

Тема – Формирование танцевальной техники:

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

Тема – Танцевальные образы.

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

Тема – Танцевальные игры.

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

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

Тема – Подготовка и проведение творческого отчета.

Темы для определенных возрастных групп:

3-4 года:

Тема: Танцы для малышей.

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

Тема: Танцуем как артисты.

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

6-7 лет:

Тема: Творчество в танце.

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

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

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

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			Формы аттестации/ контроля
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	2	1	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники.	23	3	20	
Тема 3. Танцы для малышей.	22	2	20	выступление на утренниках
Тема 4. Танцевальные образы.	6	1	5	

Тема 5. Танцевальные игры.	5	1	4	
Тема 6. Танцуем как артисты.	5	1	4	выступление на утренниках
Тема 7. Подготовка и проведение творческого отчета.	5	1	4	творческий отчет
Итого за период	68			

Содержание учебных тем.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

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

Практика.

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

Танцуем элементарные подготовительные движения под простейшие мелодии.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

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

Упражнения для стоп.

Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела.

Основные танцевальные движения – объяснять, что значит выполнять движение «по-танцевальному», чем оно отличается от физкультурного. Учить останавливаться во время танца, не сталкиваясь с другими детьми. Учить не разъединять ноги во время прыжка.

Практика.

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

«Деревья»: (выполняем движения согласно тексту, держать спину прямо) Я – сильный дуб, протягиваю руки-ветки к солнцу! Я – нежная тоненькая березка, опустила руки-ветки к земле (покачать руками). Я – печальная осинка, качаюсь на ветру (качаться с ноги на ногу). Я – мама-

дерево, наклоняю голову к своему ребенку – маленькому деревцу. Я – веселая елочка, колючая иголочка (кружимся на полупальцах, руки вытянуты вниз). А все вместе – мы дружная семья деревьев (обняться всем).

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

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

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

Выполняются в партере.

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

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

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

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

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

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

Бег «горошек» (на полупальцах).

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

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

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

Шаг с натянутого носка.

Топотушки лицом вперед и спиной вперед, выбрасывание ног.

Тема 3. Танцы для малышей.

Теория.

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

Практика.

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

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

Тема 4. Танцевальные образы.

Теория.

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

Практика.

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

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

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

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

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

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

Тема 5. Танцевальные игры.

Теория.

Объясняем правила поведения во время танцевальных игр.

Практика.

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

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

Тема 6. Танцуем как артисты.

Теория.

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

Практика.

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

Тема 7. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

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

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

Практика.

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

Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства.

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

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

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			всего часов по разделам
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	2	1	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники.	23	3	20	
Тема 3. Постановка танцевальных номеров.	22	2	20	выступление на утренниках
Тема 4. Танцевальные образы.	8	1	7	
Тема 5. Танцевальные игры.	8	1	7	
Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.	5	1	4	творческий отчет
Итого за период	68			

Содержание учебных тем.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

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

Практика.

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

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

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

Упражнения для стоп. Объяснить понятия: подъем, выворотность.

Элементарный стретчинг. Объяснить понятия «стретчинг».

Элементарные упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов.

Закрепление изучения порядка и качества движений в разминке.

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

Элементарные движения в паре

Практика.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Тема 3. Постановка танцевальных номеров.

Теория.

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

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

Практика.

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

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

Постановка на основе изученных комбинаций.

Тема 4. Танцевальные образы.

Теория.

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

Практика.

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

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

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

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

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

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

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

«Вот широкая река, в ней хорошая вода. Пейте хорошую водицу!» — плавно разводим руки в стороны (широкая) и низкий наклон вниз (пьем). «Постучим-ка мы копытцем!» - четкие ритмичные притопы с ускорением, а затем замедлением темпа - по показу педагога. «Эй, лошадки, все за мной! Поскакали мы домой!» - снова бег или подскоки по кругу, руки в кулачках на поясе.

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

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

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

встать, руки вниз. 5-8тт. — поворот вокруг себя, руки согнуты в стороны, пальцы в стороны. Наклон туловища на каждый шаг. 9-16тт. - повтор 1-8тт.

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

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

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

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

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

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

"Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку" — выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх. "Наступила ночь и цветочек спрягался в бутончик" - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед. "Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку" - руки поднимаются наверх, потянутся. "Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку" - выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх. "Но тут закапал утренний дождик: кап-кап-кап" — кисти рук

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

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

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

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

«Клоуны» - под веселую музыку выполнять расслабленные движения всем телом, начиная с рук и заканчивая ногами. Тема 5. Танцевальные игры.

Теория. Объясняем правила поведения во время танцевальных игр.

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

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

Тема 5. Танцевальные игры.

Теория.

Объясняем правила игры, цель и что развиваем играя.

Практика.

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

"Иголочка — ниточка" — играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Педагог - водящий встает впереди: он — иголочка, а дети - ниточка. Куда иголка идет — туда и нитка тянется.

Руководитель ведет детей по залу, что-то обходит, где-то проползает, идет "змейкой" по кругу и т.д. Игра выполняется под спокойную музыку, развивает ориентировку в пространстве и чувство коллектива.

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

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

«Усни-трава» - речитатив:
Дальний лес стоит стеной,
Там в лесу, в глуши лесной,
На суку сидит сова.
Там растет усни-трава.
Говорят, что та сова
Знает сонные слова,
Как шепнет свои слова,
Сразу никнет голова.

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

"Найди свое место" — все дети стоят в шеренге (колонне), каждому предлагается запомнить за кем он стоит. По команде руководителя "Разойдись!" звучит веселая музыка, играющие разбегаются по площадке,

прыгают, танцуют, играют. Звучит команда "По местам!" и музыка прекращается. Все участники должны быстро занять свои места в шеренге (колонне). Руководитель отмечает тех, кто правильно занял место в строю. Построение может быть различным. Игра развивает внимательность, память и умение ориентироваться в пространстве.

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

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

Море волнуется - раз,

Море волнуется—два,

Море волнуется—три.

Морская фигура на месте замри!

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

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

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

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

Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

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

Практика.

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

Повторение всех основных элементов структуры урока.

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

Учебный план по обучению хореографии детей группы от 5 до 6 лет

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			всего часов по разделам
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	2	1	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники.	23	3	20	
Тема 3. Постановка танцевальных номеров.	22	2	20	выступление на утренниках
Тема 4. Танцевальные образы.	8	1	7	
Тема 5. Танцевальные игры.	8	1	7	
Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.	5	1	4	творческий отчет
Итого за период	68			

Содержание учебных тем.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием, «образ», «жест», «танец», «приветствие-поклон». Показывая разминку рассказать о строении нашего тела и пояснить что мы разминаем каждым движением.

Практика.

Приветствие-поклон: стоим ноги вместе, руки на поясе, «раз-два»-топнуть правой ногой, «три-четыре»-хлопнуть в ладоши на каждый счет, «пять-шесть»-топнуть левой ногой, «семь-восемь»-хлопнуть в ладоши, «раз-два-три-четыре»- подняться на полупальцы и вытянуть руки вверх, «пять-шесть-семь-восемь»- медленно опустить корпус и руки вниз, спина прямая. Основные движения для разминки: повороты головы, круговые движения головой, наклоны корпуса вправо-влево с вытянутой рукой, приседания на

полупальцах до пола, марш на месте, бег на месте с высоким подниманием бедра и чередованием положений рук, прыжки на месте с чередованием положений ног.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

Объясняем что развиваем каждым упражнением. Объясняем строение тела, названия его частей. Познакомить с понятием «диагональ».

Объяснить, что значит выражение «выразительно выполнять движения», учить выполнять движения слаженно всеми частями тела.

Практика.

Упражнения для выработки правильной постановки корпуса. Упражнение «Солдатык» под речитатив: «На одной ноге постой-ка, Будто ты солдатик стойкий. Ножку правую держи да смотри не упади. А теперь постой на левой, Если ты солдатик смелый. Раз-два-три – ножку опусти»

«Ах, ладошки, вы, ладошки!»-

Встать прямо и, заведя руки за спину, соединить ладони. Затем, вывернув сложенные руки пальцами вверх, расположить кисти так, чтобы мизинцы по всей длине касались позвоночника. Локти приподнять, спину выпрямить, плечи отвести назад. Удерживать позу под речитатив: «Ах, ладошки, вы, ладошки! За спиною спрячем вас! Это нужно для осанки, это точно! Без прикрас!». Медленно опустить руки вниз, встряхнуть кистями рук и спокойно вздохнуть.

«Дощечка»- «раз»-подняться на полупальцы, «два»- сесть на пятки спина прямая, «три» - выпрямить ноги, «четыре»- опустить пятки на пол.

Упражнения для стоп. Сидя на полу, ноги выпрямлены. Круговые движения стопами внутрь и наружу медленно с максимальной амплитудой для развития подъема и выворотности. Поочередное и одновременное потягивание пятками по 4-6 секунд.

Стречинг. Сидя на полу, одно колено согнуто и отведено назад, выполнять наклоны к ноге животом вперед и боком с заносом руки над головой.

В положении сидя ноги врозь выполняем круговые движения корпусом по направлениям к ноге-вперед-к другой ноге. Спина ровная, руки произвольные. Стречинг выполняется под спокойную мелодичную музыку.

Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе.

«Стойкий оловянный солдатик»– для мышц спины, живота, ног. Встать на колени, руки плотно прижмите к туловищу. «Плывет по реке лодочка, а в ней оловянный солдатик. Вдруг подул резкий ветер, и началась качка. Но ничего не страшно отважному солдатику»- наклониться назад, как можно ниже, держать спину прямо, а потом выпрямиться. После сесть на пятки и расслабиться.

«Карусель»– для мышц рук, ног, ягодиц; координации. Сесть на пол, поднять прямые ноги вверх. Опираясь руками о пол, поворачиваться вокруг себя с помощью рук. «Закружилась карусель!»

«Лодочка» - лежа на животе вытянуть руки вперед и поднять их, усложнение – поднять вместе с ногами и раскачиваться вперед-назад, влево-вправо.

Усложнение движений разминки, закрепление. Добавляем ритмичные покачивания плечами вверх-вниз, вперед-назад, по кругу. Движения выполняются на счет «раз-два-три-четыре», а также «раз-два», «раз-два-три».

Основные танцевальные движения. Шаг с высоким поднятием бедра, шаг на полупальцах, переменный шаг, бег на полупальцах, бег с высоким поднятием бедра, подскоки, галоп.

Выполнять движения по диагонали, совершенствовать навыки выполнения основных танцевальных движений. Наравивать высоту прыжков, добиваться легкости в выполнении движений.

По мере усвоения движений прибавляем новые: приставной шаг вперед-назад и вправо-влево, добавление к простым шагам движений рук.

Добавляем к шагам хлопки рук, открытие и закрытие рук, и другие движения согласно используемой музыке.

Выход на сцену и уход за кулисы. Танцевальный вход и уход со сцены: постановка корпуса, рук, шаг для выхода на сцену, поклон после исполнения номера, учимся уходить красиво со сцены.

Тема 3. Постановка танцевальных номеров.

Теория.

Познакомить воспитанников с понятием «музыка+танец». Учим детей иллюстрировать музыку в танце, рассказывать то, о чем поется в песне в движении.

Практика.

Соединение движений в танцевальные композиции по характеру музыки. Подготовка небольших танцевальных зарисовок для танцевальных постановок.

Танцевальный репертуар: «Дружба», «Рок-н-ролл», «Помощники Деда Мороза».

Тема 4. Танцевальные образы.

Теория.

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

Практика.

«Загораем» - передвижения по залу в свободном направлении, заданным танцевальным шагом, по сигналу «Загораем!» лечь на спину, закрыть глаза и расслабиться. По сигналу повтор.

«Насос» - стойка ноги врозь. «Раз-два» - наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу (насос) — вдох, «три-четыре» - вернуться в исходное положение—выдох, «пять-восемь» - повтор в другую сторону. Речитатив : «Это очень просто: Покачай насос ты. Направо-направо, руками скользя, Назад и вперед - наклониться нельзя. Вжик-вжик! Вжик-вжик!»

«Грибочки» - передвижения по кругу на присогнутых ногах как бы перекатываясь на стопах, приставной шаг с приседанием по кругу, повороты в стороны с пружинкой.

«Всадник» - сидя на стуле, руками держаться за край стула. Под ритмичную музыку. «За-такт» - поднять ноги вперед, «раз» - опустить ноги. Повторить движение несколько раз. «Раз-два» - поднять согнутые ноги вперед, «три-четыре» - опустить ноги. Повторить несколько раз. 1 -4 тт. — восемь хлопков перед собой на каждый счет. 5-7 тт. — потянуться наверх. 8 т. - поставить руки на пояс. Повторить один раз. 1 -8 тт. — имитировать скачку на лошади, слегка подпрыгивая на стуле, в руках воображаемые вожжи. Повторить один раз. 1 -8 тт. - восемь шагов на стуле, высоко поднимая ноги, руками держаться за край стула. Повторить один раз.

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

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

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

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

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

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

"Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку" — выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх. "Наступила ночь и цветочек спрягался в бутончик" - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед. "Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку" - руки поднимаются наверх, потянуться. "Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку" - выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх. "Но тут закапал утренний дождик: кап-кап-кап" — кисти рук

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

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

«Лошадки» - выполняются движения под речитатив: «Эй, лошадки, все за мной! Поспешим на водопой!» - подскоки или бег с высоким поднятием бедра по кругу, руки в кулачках на поясе, «Вот широкая река, в ней хорошая вода. Пейте! Хорошая водица!» - плавно разводим руки в стороны (широоокая) и низкий наклон вниз (пьем). «Постучим-ка мы копытцем!» - четкие ритмичные притопы с ускорением, а затем с замедлением темпа - по показу педагога.

«Эй, лошадки, все за мной! Поскакали мы домой!» - снова бег или подскоки по кругу, руки в кулачках на поясе.

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

«Мостик» - вставать в положение «мостик» с помощью педагога.

«Гуляем в лесу» - дети выполняют движения, следуя речитативу:

Друг за другом мы идем,

Дружно песенку поем.

Выходи скорей на луг,

Образует быстро круг.

Вот кузнечик проскакал.

Что такое он сказал?

Он сказал: «Ребята, дружно

Прыгать, как и я, вам нужно»!

Пролетела стрекоза,

Машет крыльями она

И стрекочет: «Эй, народ,

А ну, давай со мной в полет!» - бег со взмахами рук.

Сколько разных тут цветов,

Всяких видов и сортов.

Мы букеты собираем,

Но колени не сгибаем - наклоны поочередно к каждой ноге.

А вот гуси полетели,
Мы от радости присели,
Дальше так гуськом пойдем,
Много нового найдем - ходьба в присядке.
А теперь посмотрим мы,
Кто рекорд побьет длины.
Кто вот этот ручеек
Перепрыгнет поперек. - перепрыгивание через «ручей».
Стой, друзья, здесь остановка,
Потанцуем все мы ловко! - все дети танцуют под веселую музыку,
изображая
разных лесных жителей.

«Дирижер» - имитационно-образные движения руками. Выполняется под разную музыку, которая чередуется.

«Аленький цветочек» - передвижения по кругу, взявшись за руки. Перестроения: заход в круг, «улитка», смена направления движения, наклоны вперед и назад, покачивание рук, поднимание и опускание рук.

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

"Коробочка" - лежа на полу, на животе вытянуться на руках и прогнуться назад, одновременно согнуть в коленях ноги и стремиться достать пальцами ног до макушки головы.

«Винтик» - стойка ноги врозь, руки на пояс, «раз-семь» - семь пружинящих поворотов туловища направо, «восемь» - исходное положение. Повтор в левую сторону и все повторить два раза.

Тема 5. Танцевальные игры.

Теория.

Объясняем правила игры, цель и что развиваем играя.

Практика.

«Найди предмет» - играющие сидят или стоят по кругу. Назначается водящая, которая по музыке должна найти предмет. Водящая закрывает глаза, а предмет прячут у одного из играющих. Водящая открывает глаза и идет искать предмет. По мере приближения водящей к предмету сила звука возрастает, а при удалении ослабевает. Нашедшую спрятанный предмет заменяет следующий играющий. Игра развивает быстроту реакции, внимательность.

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

звучание — ходьба вперед, на тихое — ходьба назад. На громкое звучание — прыжки, на тихое — ходьба на корточках и т. д..

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

«Музыкальное настроение» - игра на определение характера музыкального произведения. Веселый характер — прыжки, танец; грустный — ходьба опустив голову; героический — марш и т. п. Дети импровизируют под музыку, педагог отмечает наиболее творческие подходы.

«Гонка мяча по кругу» - все участники стоят по кругу и под музыку передают друг другу мяч. Вдруг музыка прекращается, и тот, у кого остался мяч в руках, выходит к центру круга и под музыку танцует, остальные повторяют за ним движения.

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

«Автомобили» - все играющие стоят в шахматном порядке (или в шеренге). По команде «сели в машину» дети выполняют полуприседание (усложнение – полное приседание) и берутся руками за воображаемый руль. По команде «поехали» дети свободно передвигаются по залу бегом или шагом. Выполняя движение, все смотрят на педагога, у которого в руках карточки: красная — «Вот зажегся красный свет, стой, дорога дальше нет» (дети стоят на месте); желтая — «Ты на желтый не ходи, а на месте раз, два, три» (дети маршируют на месте); зеленая — «Свет зеленый впереди, путь свободный — выходи!» (дети снова передвигаются по залу в любом направлении). По команде «машины в гаражи» дети должны за три счета быстро занять свои места.

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

«Гулливер и лилипуты» - игра на внимание. Читается текст, как только звучат слова «Гулливер» или «Человек-гора», все дети встают на носки и поднимают руки вверх, а если звучат слова «лилипуты» или «человечки», все быстро садятся на корточки с прямой спинкой. «К вечеру вокруг Гулливера столпилось, по крайней мере, триста тысяч лилипутов. Каждому хотелось посмотреть, что такое — Человек-гора. Гулливера охраняла стража. Две тысячи лилипутов выстроились перед замком, но все-таки кое-какие смелые, горожане прорвались. Одни лилипуты осматривали башмаки Гулливера, другие человечки швыряли в него камешки: Меткая стрела поцарапала Гулливеру шею, вторая стрела поцарапала левый глаз. Солдаты связали

шестерых лилипутов и, подталкивая тупыми пиками, пригнали к ногам Гулливера. Гулливер нагнулся, скреб всех лилипутов одной рукой и сунул в карман своего камзола...».

«Погода» - построение детей в две шеренги напротив друг друга на разных концах зала. Команда «Ветер» - дети помахивают кистями рук. «Сильный ветер» - машут руками; «дождь» - хлопают в ладоши; «сильный дождь» - топают ногами; «буря» - перебегают на другую сторону площадки.

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

Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

Познакомить с понятиями: «чувство ритма», «характер движения», «выразительность движения».

Практика.

Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства.

Укрепить чувство ритма, темпа исполнения элементов, повысить выразительность, закрепить технику исполнения. Научить чередовать характер движения: быстро-медленно, четко-плавно.

Выстроить занятие композиционно, изучить порядок выполнения частей открытого занятия, перестроения по его ходу, повысить индивидуальное качество исполнения упражнений и танцевальных движений.

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

Учебный план по обучению хореографии детей группы от 6 до 7 лет

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			всего часов по разделам
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	2	1	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники.	22	3	19	

Тема 3. Постановка танцевальных номеров.	24	3	21	выступление на утренниках
Тема 4. Творчество в танце.	10	1	9	
Тема 5. Подготовка и проведение творческого отчета.	10	1	9	творческий отчет
Итого за период	68			

Содержание учебных тем.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Знакомство с детьми, вводная беседа.

Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием, «образ», «жест», «танец», «современные направления танца». Изучить позиции ног в хореографии.

Практика.

Приветствие-поклон: стоим ноги вместе, руки на поясе, «раз-два»-топнуть правой ногой, «три-четыре»-хлопнуть в ладоши на каждый счет, «пять-шесть»-топнуть левой ногой, «семь-восемь»-хлопнуть в ладоши, «раз-два»- подняться на полупальцы, вытянуть руки вверх, «три-четыре»- правую ногу поставить скрестно впереди левой и сделать винтовой поворот на полупальцах на 360° руки держать в замке, «пять-шесть»- шаг вправо, правую руку вытянуть в сторону, четко притопнуть левой ногой, руку и голову опустить, «семь-восемь»- то же в левую сторону. Основные движения для разминки: повороты головы, круговые движения головой, четкое покачивание плечами вверх-вниз на счет «раз-два-раз-два-три», круговые движения плечами с повышением амплитуды вращения, наклоны корпуса вправо-влево с вытянутой рукой и круговым движением корпуса через пол, приседания на полупальцах до пола, марш на месте, бег на месте с высоким подниманием бедра, выносом прямой ноги вперед и в стороны, чередованием положений рук, прыжки на месте с чередованием положений ног.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

Объясняем что развиваем каждым упражнением. Объясняем строение тела, названия его частей. Познакомить с понятием «диагональ».

Объяснить, что значит выражение «выразительно выполнять движения», учить выполнять движения слаженно всеми частями тела.

Познакомить воспитанников с классическими стилями современного танца «джаз» и «модерн», рассказать об истории их возникновения. Познакомить воспитанников со стилем современного танца «хип-хопом». Познакомить воспитанников с понятием «трюк». Четко объяснять технику, контролировать выполнение трюков индивидуально.

Практика.

Упражнение «Солдатик» с усложнением под речитатив: «На одной ноге постой-ка, Будто ты солдатик стойкий. Ножку правую к груди да смотри не упади. А теперь давай-ка с левой, Если ты солдатик смелый. Раз-два-три – ножку опусти»

«Дощечка»- «раз»-подняться на полупальцы, «два»- сесть на пятки спина прямая и задержаться в этом положении еще на два такта, «три» - выпрямить ноги, «четыре»- опустить пятки на пол.

«Самовар»- сидя на полу вытянуть ноги вперед, поставить руки на пояс, держать спину прямо. «Раз-два»- соединяем стопы и подтягиваем ноги к себе до упора, спина прямая, «три-четыре»- выпрямляем ноги. Упражнение выполняется медленно, задача- сохранить спину прямой.

Упражнения для стоп. Изучить шесть позиций ног, с помощью переступаний менять позиции, держать носочки максимально натянутыми.

«Натянутые носочки»- из заданной позиции ног выводить натянутый носочек и закрывать обратно в позицию.

После выполнить небольшой самомассаж стоп.

Стречинг. Сидя на полу, одно колено согнуто и отведено назад, выполнять наклоны к ноге животом вперед и боком с заносом руки над головой.

В положении сидя ноги врозь выполняем круговые движения корпусом по направлениям к ноге-вперед-к другой ноге. Спина ровная, руки произвольные. Стречинг выполняется под спокойную мелодичную музыку.

Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе.

«Карусель»– для мышц рук, ног, ягодиц; координации. Сесть на пол, поднять прямые ноги вверх. Опираясь руками о пол, поворачиваться вокруг себя с помощью рук. «Закружилась карусель!»

«Лодочка» - лежа на животе вытянуть руки вперед и поднять их, усложнение – поднять вместе с ногами и качиваться вперед-назад, влево-вправо.

«Ракета»– для мышц рук, спины, живота, ног; координации. «Готовим ракету к полету»- лежа на спине, плавно поднять ноги вверх. Упираясь руками в поясницу, поднять нижнюю часть туловища. Ноги тянуть вверх, выпрямляя их. «Ракета готова к старту!»

Три, два, один – пуск!»- лечь на спину и немножко отдохнуть перед следующим запуском.

«Экскаватор»– для мышц спины, живота, ног; гибкости. Лечь на спину, руки вдоль туловища, ладони на полу, ноги согнуты в коленях. «Экскаватор к

работе готов!»)- поднимать ноги за голову, постепенно выпрямляя их. Удерживать позу, пока из «ковша», земля высыпается в кузов машины. И так несколько раз.

Упражнения для развития плавности движений рук. «Играют маленькие волны»)- под плавную инструментальную музыку руками изображаем волны, прилив, отлив, спокойную воду, бурю на воде.

Упражнения для развития фиксации положений ног и корпуса, подтянутости. «Деревянные и тряпичные куклы»)- при изображении деревянных кукол напрягаются мышцы ног, корпуса, опущенных вдоль корпуса рук. Делаются резкие повороты всего тела вправо-влево, сохраняется неподвижность шеи, рук, плеч, ступни крепко и неподвижно стоят на полу. Подражая тряпичным куклам, необходимо снять излишнее напряжение в плечах и корпусе; руки висят пассивно. В этом положении нужно короткими толчками поворачивать тело вправо-влево; при этом руки взлетают и обвиваются вокруг корпуса, голова поворачивается, ноги также поворачиваются, хотя ступни остаются на месте.

Разучить комбинацию на закрепление изученных позиций ног, смена позиций начинается с медленного темпа и постепенно переходить на быстрый.

Основы исполнения стиля танца «джаз». «Джаз»)- разучить основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс, контракции-рему (сжатие-высвобождение). Учить четкости и законченности выполнения движений. .

Основы исполнения стиля танца «модерн». «Модерн»)- разучить основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза. Учить воспитанников выполнять движения свободно, плавно, без округлостей в локтях, плавно фиксировать значимые точки.

Поклон в стиле «джаз». «Раз» - руки согнуты в локтях поднять вверх, «и» - опустить руки на пояс, локти, удерживая в 1ом положении, «два» - руки на поясе переводим против часовой стрелки, корпус неподвижен, «и» - наклон корпуса вперед, «три» - ноги с корпусом поворачиваются в лево, руки остаются на месте «и» - слайд ногой назад, руки оттяжка вперед, «четыре» - ноги вместе, руки вдоль корпуса. «Раз»)- ноги вместе в плие, руки позиция «за партой» правая рука вверх, «и»)- поменять руки, левая вверх, «два»)- поменять руки, правая вверх, «и»)- правую руку сложить на левую и голова влево, «три»)- вернуть с положение как на счет «два», «и-четыре»)- волна корпусом снизу вверх.

Основные движения стиля танца «хип-хоп». Базовые движения- кач, степ, пружинка, хэппи-фит, роджер рэббит, монастери. Разучить танцевальную композицию «Хип-хопчики» в стиле «хип-хоп».

Элементарные акробатические трюки современного детского танца. Переворот назад через спину, бочка, разножка и др.

Учить воспитанников соблюдать технику безопасности при выполнении трюковых элементов. Научить правильному положению

позвоночника на всех стадиях выполнения трюкового элемента: подготовка, трюк, выход.

Первоначально все элементы выполняются при помощи и поддержке педагога, затем самостоятельно самим воспитанником.

Тема 3. Постановка танцевальных номеров.

Теория.

Акцентировать внимание на различие в характере движений различных стилей танца.

Акцент на работу с ритмом, амплитудой движений и энергетической подаче.

Практика.

Соединение основных движений стилей танца «джаз» и «модерн» в танцевальные композиции.

Танцевальный репертуар: танец в стиле модерн «Летят голуби», танец в стиле джаз «Веселый джаз», танец в стиле хип-хоп «Хип-хопчики» с использованием трюковых элементов.

Учить свободному и самостоятельному воспроизведению изученных движений, танцев.

Тема 4. Творчество в танце.

Теория.

Познакомить с понятием «творчество», «образ».

Практика.

Выполнение заданий на раскрытие того или иного образа под характерную музыку. Разделить детей по два-три человека в группе и дать им импровизационное задание – придумать танец для определенного образа. Используя знакомые движения, с помощью педагога, дети сочиняют танцевальные композиции. Задача- научить детей использовать ранее изученный материал творчески, свободно чувствовать себя в роли активного участника творческого процесса.

Тема 5. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

Напомнить о правилах поведения на открытом занятии и о значимости события.

Практика.

Развитие индивидуального мастерства исполнения изученных стилей танца. Развивать координацию движений, упражнять в равновесии, формировать образно-пространственное мышление, закреплять основные виды движений в быстром темпе.

Учить свободному и самостоятельному воспроизведению изученных движений, танцев.

Подбор самых основных и ярких движений, упражнений для показа на открытом занятии.

Акцент на работу с ритмом, амплитудой движений и энергетической подаче.

Повторение основ пройденного материала, повышение индивидуального мастерства исполнения упражнений и движений воспитанниками, отработка сценической формы ранее изученных танцевальных номеров.

Отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, увеличение скорости выполнения движений.

Выстроить занятие композиционно, изучить порядок выполнения частей открытого занятия, перестроения по его ходу. Напомнить воспитанникам о правилах поведения на открытом занятии и о значимости события.

Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие в стиле «джаз». Разминка. Упражнения для стоп, стретчинг. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальные номера в стиле «джаз», «модерн» и «хип-хоп». Поклон.

2.1. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года	
Учебный год	13.09.2021 -31.05.2022
Первое полугодие	13.09.2021 -31.12.2021
Второе полугодие	10.01.2022 -31.05.2022
Праздничные (нерабочие) дни	
День народного единства	04.11.2021
Новогодние праздники	01.01.2022 - 09.01.2022
День защитника Отечества	23.02.2022
Международный женский день	07.03.2022 - 08.03.2022
День Весны и труда	01.05.2022-03.05.2022
День Победы	09.05.2022- 10.05.2022

Наименование платной образовательной услуги	«Хореография»
Количество занятий с сентября по май	68
Продолжительность занятия	3-4 года – 15 минут, 4-5 лет - 20 минут, 5-6 лет - 25 минут, 6-7 лет - 30 минут
Количество занятий в неделю	2
Дни занятий	вторник, пятница
Время занятий	15.10-18.00

Календарный учебный график по обучению хореографии

детей группы от 3 до 4 лет

месяц	число время проведения занятия	форма занятия	тема занятия	форма конт- роля
сентябрь	14	обучающее занятие	«До свидания, лето! Здравствуй, детский сад!» Простой шаг. «Хоровод в лесу» - вырабатывать ритмичность движения.	
	17	обучающее занятие	«Спортивная семья» Упражнение «Звездочка» Игра-песня « Урожайная» - научить детей воспринимать в песне запев и припев разного характера, выразительно, ритмично исполнять подражательные движения в характере музыки.	
	21	обучающее занятие	«В стране Изобреталии» Сценка «На лесной поляне» Игра «Медведь и зайцы» - учить детей согласовывать подражательные движения.	
	24	обучающее занятие	«В стране Изобреталии» Сценка «На лесной поляне» Игра «Медведь и зайцы» - учить детей согласовывать подражательные движения.	
	28	тренировочное занятие	«Детский вернисаж» Мелкий бег на носочках. Игра «Лужи» - учить бегать в рассыпную, не шаркая ногами	
Итого: 5 занятий				
октябрь	1	обучающее занятие	Знакомство. Рассказать о культуре поведения на занятии. Изучаем поклон, разминку.	
	5	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Упражнение «Прямая спинка». Танец для малышей «У жирафа»	
	8	разминочное занятие	Поклон. Разминка. Упражнение для постановки корпуса «Дерева». Танец для малышей «Ежик».	
	12	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Упражнение для постановки корпуса «Дерева». Танец для малышей «Ежик».	
	15	разминочное занятие	Поклон. Разминка Танцы для малышей: червячки, поезд.	
	19	тренировочное	Поклон. Разминка Танцы для	

		занятие	малышей: червячки, поезд, мышка.	
	22	разминочное занятие	Поклон. Разминка Упражнение «Достань до небушка». Танцы для малышей: червячки, поезд, мышка.	
	26	тренировочное занятие	Поклон. Разминка Упражнение «Достань до небушка». Танцы для малышей: червячки, поезд, мышка.	
	29		Поклон. Разминка. Упражнение «Прямая спинка». Танец для малышей «У жирафа»	
Итого: 9 занятий				
ноябрь	2		Поклон, разминка. Танц. образ «Осенние листочки».	
	9	тренировка	Поклон. Разминка. Комплекс упражнений для мышц и суставов лежа на животе. Танц. образ «Осенние листочки».	
	12	тренировка	Поклон. Разминка. Комплекс упражнений для мышц и суставов сидя на полу и лежа на животе. Любой танец для малышей	
	16		Поклон. Разминка. Марш. Бег «горошек». Танц. образ «Кузнечики».	
	19	тренировка	Поклон. Разминка. Марш, приставной шаг, прыжки на двух ногах. Танц. игра «Найди свое место».	
	23	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, приставной, топотушки. Танц. игра «Найди свое место».	
	26	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, приставной, топотушки. Танц. образ «Кузнечики».	
	30	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Комплекс упражнений для мышц и суставов сидя на полу и лежа на животе. Любой танец для малышей	
Итого: 8 занятий				
декабрь	3		Поклон. Разминка. Соединение движений в небольшие танцевальные композиции. Танц. образ «Листопад».	
	7	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. образ.	

	10	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. образ.	
	14	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. игра.	
	17	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. игра	
	21	репетиция	Поклон. Разминка. Отработка танцев «Зайчики», «Снежинки». Танц. образ.	
	24	тренировка	Поклон. Разминка. Подготовка к выступлению. «Зайчики», «Снежинки».	Выступление на новогоднем утреннике с танцем «Зайчики», «Снежинки».
	28		Выступление на новогоднем утреннике с танцем «Зайчики», «Снежинки».	
	Итого: 8 занятий			
январь	11	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение ранее изученных танцев для малышей.	
	14	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных танцевальных упражнений и танцевальных движений. Танц. образ «В лесу».	
	18	тренировка	Поклон. Разминка. Танцы для малышей: часики, малыши-карандаши. Танцуем как артисты. Танц. образ «В лесу»	
	21	тренировка	Поклон. Разминка. Танцы для малышей: часики, малыши-карандаши. Танцуем как артисты. Танц. образ «Вороны».	
	25		Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: шаг с натянутого носка, топотушки вперед лицом и вперед спиной. Танц. образ «Вороны».	
	28		Поклон. Разминка. Танцы для малышей: качели, кашка. Танцуем как артисты.	

	Итого: 6 занятий			
февраль	1	тренировка	Поклон. Разминка. Повтор основных тренировочных упражнений для осанки, стоп и силы мышц.	
	4	репетиция	Поклон. Разминка. Танцы для малышей повторение ранее изученных. Танц. образ «Птичка-невеличка».	
	8	репетиция	Поклон. Разминка. Танцы для малышей повторение ранее изученных. Танц. образ «Птичка-невеличка».	
	11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра.	
	15	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра.	
	18	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. образ.	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра.	
	25		Поклон. Разминка. Повтор основных тренировочных упражнений для осанки, стоп и силы мышц.	
	Итого: 8 занятий			
март	1	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. игра.	
	4		Поклон. Разминка. Постановка танца «Губки бантиком». Танц. образ.	Выступление на утреннике с танцем «Губки бантики ом».
	11		Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки, Лошадки, Поезд, Котята.	
	15		Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки, Лошадки, Поезд, Котята.	
	18	репетиция	Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки,	

			Лошадки, Поезд, Котята.	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки, Лошадки, Поезд, Котята.	
	25		Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки, Лошадки, Поезд, Котята.	
	29		Поклон. Разминка. Танцы для малышей. Зайчики, Снежинки, Лошадки, Поезд, Котята.	
Итого: 8 занятий				
апрель	1	репетиция	Поклон. Разминка. Танцы для малышей: антошка, котята, мишки гамми, матрешки.	
	5		Поклон. Разминка. Повтор основных тренировочных движений и упражнений. Танц. образ, танц. игра.	
	8		Поклон. Разминка. Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений. Танц. образ.	
	12	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение ранее изученных танцев для малышей.	
	15	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ.	
	19	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ.	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ.	
	26	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ.	
	29		Поклон. Разминка. Постановка танца «Фиксики». Танц. образ.	
Итого: 9 занятий				
май	6	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Ладощка». Танц. образ.	
	13	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Ладощка». Танц. образ.	
	17	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Ладощка». Танц. образ.	
	20	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка к открытому занятию, отбор наиболее ярких танцев для малышей.	
	24	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка к творческому отчету, отбор наиболее ярких танцев для	

			малышей.	
	27	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Подготовка к творческому отчету, отбор наиболее ярких танцев для малышей.	
	31	тренировочное занятие	Творческий отчет.	
	Итого: 8 занятий			
	Всего 68 часов.			

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

месяц	число время проведения занятия	форма занятия	тема занятия	форма конт- роля
сентябрь	14	обучающее занятие	Знакомство. Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Изучаем поклон, разминку.	
	17	обучающее занятие	Знакомство. Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Изучаем поклон, разминку.	
	21	обучающее занятие	Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
	24	обучающее занятие	Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
	28	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Первое упражнение для стоп. Танц. образ «Часики».	
	Итого: 5 занятий			
октябрь	1	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Первое упражнение для стоп. Танц. образ «Часики».	
	5	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса. Упражнение «Бревнышко». Танц. образ «Часики».	

	8	разминочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса. Упражнение «Бревнышко». Танц. образ «Часики».	
	12	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для стоп. Упражнение «Бревнышко». Танц. образ «Силач».	
	15	разминочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для стоп. Упражнение «Бревнышко». Танц. образ «Силач».	
	19	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для стоп. Упражнение «Веровочка». Танц. образ «Силач».	
	22	разминочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для стоп. Упражнение «Веровочка». Танц. образ «Силач».	
	26	тренировочное занятие	Поклон. Разминка Танцевальные шаги. Танц. образ «Лошадки».	
	29		Поклон. Разминка. Танцевальные шаги, бег. Танц. образ «Лошадки».	
	Итого: 9 занятий			
ноябрь	2		Поклон, разминка. Упражнения для постановки корпуса, для стоп. Танцевальные шаги и бег. Танц. образ «Лошадки».	
	9	тренировка	Поклон. Закрепление порядка и усложнение разминки. Добавляем новые элементы – движения плечами и «Качалочка». Танц. образ «Солнышко».	
	12	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги и бег. Элементарные	

			движения в паре.	
	16		Поклон. Разминка. Движения в паре. Танц. образ «Солнышко».	
	19	тренировка	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Стречинг. Танц. игра «Тихо-громко».	
	23	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Стречинг. Танц. игра «Тихо-громко».	
	26	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. игра «Иголочка-ниточка».	
	30	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Комплекс упражнений для мышц и суставов сидя на полу и лежа на животе. Любой танец	
	Итого:8 занятий			
декабрь	3		Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники»	
	7	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Утята».	
	10	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Чебурашка».	
	14	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Чебурашка».	
	17	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. игра «Зеркало».	
	21	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танца «Чоколатэ». Стречинг.	
	24	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	Выступление на новогоднем утреннике с танцем
	28		С помощью карточек – подсказок угадываем упражнения, танцевальные образы и выполняем их.	
	Итого: 8 занятий			
январь	11	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, шаг в	

			полуприседе с прямой осанкой. Танц. образ «Воробышки».	
	14	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, шаг в полуприседе с прямой осанкой. Танц. образ «Воробышки».	
	18	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальный бег на полупальцах, боковой галоп. Танц. образ «Мишка косялапый»	
	21	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники»	
	25		Поклон. Разминка. Основные движения детского танца с предметом. Танц. игра «Магазин игрушек».	
	28		Поклон. Разминка. Основные движения детского танца с предметом. Танц. образ «Мишка косялапый»	
	Итого: 6 занятий			
февраль	1	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальная композиция с предметом «Большая стирка». Танц. образ «Лебедь».	
	4	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Лебедь».	
	8	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Усни-трава».	
	11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Усни-трава».	
	15	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек».	
	18	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек».	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек».	
	25		Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Найди свое место».	
	Итого: 8 занятий			

март	1	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Море волнуется».	
	4		Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек».	Выступление на утреннике с танцем
	11		Поклон. Разминка. Элементарные движения в паре. Танц. игра «Море волнуется».	
	15		Поклон. Разминка. Элементарные движения в паре. Танц. образ «Елка».	
	18	репетиция	Поклон. Разминка. Элементарные движения в паре. Танц. образ «Елка».	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. игра «Создай образ».	
	25		Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Балерина».	
	29		Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Балерина».	
	Итого: 8 занятий			
апрель	1	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. игра «Создай образ».	
	5		Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Слонята».	
	8		Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Клоуны».	
	12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Слонята».	
	15	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Клоуны».	
	19	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение основных танцевальных шагов и танцевального бега. Танцевальная игра «Танцевальное эхо».	
	22	репетиция	Повторение основных упражнений для формирования танцевальной	

			техники. Танцевальная игра «Танцевальное эхо».	
	26	репетиция	Поклон. Формирование разминки для творческого отчета. Усиление нагрузки, ускорение темпа выполнения упражнений. Отрабатываем самостоятельное исполнение без показа педагогом. Танц. игра «Погода».	
	29		Поклон. Формирование разминки для творческого отчета. Усиление нагрузки, ускорение темпа выполнения упражнений. Отрабатываем самостоятельное исполнение без показа педагогом. Танц. игра «Погода».	
Итого: 9 занятий				
май	6	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танцевальных номеров: «Чоколате», «Большая стирка», «Далеко от мамы». Танцевальная игра по выбору детей.	
	13	репетиция	Подготовка творческого отчета: выбор поклона, закрепление разминки. Танцевальные шаги и бег по кругу.	
	17	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: стретчинг, упражнения для формирования мышечного корсета и постановку корпуса. Повтор танца «Чоколате».	
	20	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: стретчинг, упражнения для формирования мышечного корсета и постановку корпуса. Повтор танца «Большая стирка».	
	24	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: стретчинг, упражнения для формирования мышечного корсета и постановку корпуса. Повтор танца «Далеко от мамы».	
	27	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Повторение танцевальных номеров: «Чоколате», «Большая стирка», «Далеко от мамы». Танцевальная игра по выбору детей.	

	31	тренировочное занятие	Творческий отчет.	
	Итого: 7 занятий			
	Всего 68 часов.			

**Календарный учебный график по обучению хореографии
детей группы от 5 до 6 лет**

месяц	число время проведения занятия	форма занятия	тема занятия	форма конт- роля
сентябрь	14	обучающее занятие	Поклон, разминка. Повтор изученного материала.	
	17	обучающее занятие	Поклон, разминка. Повтор изученного материала.	
	21	обучающее занятие	Поклон, разминка. Танцевальные движения, комбинации.	
	24	обучающее занятие	Поклон, разминка. Танцевальные движения, комбинации.	
	28	тренировочное занятие	Повтор Упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для стоп. Танц. образ «Загораем».	
	Итого: 5 занятий			
октябрь	1	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для развития силы мышц . Танц. образ «Насос».	
	5	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для развития силы мышц . Танц. образ «Насос».	
	8	разминочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для развития силы мышц Танц. образ «Загораем».	
	12	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для развития силы мышц Танц. образ «Загораем».	
	15	разминочное	Поклон. Разминка. Повтор	

		занятие	упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для стоп. Упражнение для развития силы мышц «Карусель». Танц. образ «Насос».	
	19	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для выработки правильной постановки корпуса и упражнений для стоп. Упражнение для развития силы мышц «Карусель». Танц. образ «Насос».	
	22	разминочное занятие	Поклон. Разминка Танцевальные шаги по диагонали: с высоким поднятием бедра, на полупальцах, переменный. Танц. образ «Грибочки».	
	26	тренировочное занятие	Поклон. Разминка Танцевальные шаги по диагонали: с высоким поднятием бедра, на полупальцах, переменный. Танц. образ «Грибочки».	
	29		Поклон. Разминка. Танцевальные шаги по диагонали, бег по кругу: на полупальцах, с высоким поднятием бедра, галоп. Танц. образ «Грибочки».	
Итого: 9 занятий				
ноябрь	2		Поклон, разминка. Элементарный стретчинг. Упражнения для мышц и суставов «Стойкий оловянный солдат» и «Карусель». Танц. образы «Грибочки» и «Всадник».	
	9	тренировка	Поклон. Закрепление порядка и усложнение разминки. Добавляем новые элементы – движения плечами с амплитудой. Танц. образ «Часики».	
	12	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги и бег. Основные движения танца «Помощники Деда Мороза».	
	16		Поклон. Разминка. Основные движения танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Часики».	
	19	тренировка	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза».	

			Стречинг. Танц. игра «Найди предмет».	
	23	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Стречинг. Танц. игра «Найди предмет».	
	26	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. игра «Тихо-громко».	
	30	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. игра «Тихо-громко».	
Итого: 8 занятий				
декабрь	3		Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. игра «Зеркало».	
	7	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Цветочек».	
	10	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Цветочек».	
	14	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Утята».	
	17	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Утята».	
	21	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танца «Помощники Деда Мороза». Стречинг.	
	24	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. образ «Лошадки».	Выступление на новогоднем утреннике с танцем
	28		С помощью карточек – подсказок угадываем упражнения, танцевальные образы и выполняем их.	
Итого: 8 занятий				
январь	11	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: приставной шаг вперед и назад, вправо и влево. Танц. образ «Лошадки».	
	14	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: приставной шаг вперед и	

			назад, вправо и влево. Танц. образ «Клоуны».	
	18	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги, танцевальный бег. Подскоки. Танц. игра «Музыкальное настроение»	
	21	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. образ «Клоуны» и танц. игра «Музыкальное настроение».	
	25		Поклон. Разминка. Основные шаги и движения танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Гонка мяча по кругу».	
	28		Поклон. Разминка. Основные шаги и движения танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Гонка мяча по кругу».	
Итого: 6 занятий				
февраль	1	тренировка	Поклон. Разминка. Основные композиционные построения диагональ и круг в танце «Рок-н-ролл». Танц. образ «Мостик».	
	4	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. образ «Мостик».	
	8	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. образ «Гуляем в лесу».	
	11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Танцевальное эхо».	
	15	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. образ «Гуляем в лесу».	
	18	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Танцевальное эхо».	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Автомобили».	
	25		Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Автомобили».	
Итого: 8 занятий				
март	1	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Автомобили».	
	4		Поклон. Разминка. Постановка	Выступ

			танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Создай образ».	ление на утреннике с танцем
	11		Поклон. Разминка. Повторение упражнений для осанки и упражнений для стоп. Стречинг. Танц. игра «Создай образ».	
	15		Поклон. Разминка. Повторение танцевальных шагов, добавление к изученным шагам движений рук. Танц. образ «Дирижер».	
	18	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танцевальных шагов, бега. Стречинг. Танц. образ «Аленький цветочек».	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Гулливвер и лиллипуты».	
	25		Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Дружба». Танц. образ «Аленький цветочек».	
	29		Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Автомобили».	
Итого: 8 занятий				
апрель	1	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Погода».	
	5		Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. образ «Волна».	
	8		Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Погода».	
	12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. образ «Волна».	
	15	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. образ «Коробочка».	
	19	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение основных танцевальных шагов и танцевального бега. Танцевальная игра «Ай да я!».	
	22	репетиция	Повторение основных упражнений для формирования танцевальной техники. Танц. образ «Коробочка».	

	26	репетиция	Поклон. Формирование разминки для творческого отчета. Усиление нагрузки, ускорение темпа выполнения упражнений. Отрабатываем самостоятельное исполнение без показа педагогом. Танц. образ «Винтик».	
	29		Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Погода».	
	Итого: 9 занятий			
май	6	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танцевальных номеров: «Помощники Деда Мороза», «Рок-н-ролл», «Дружба». Танцевальная игра по выбору детей.	
	13	репетиция	Подготовка творческого отчета: выбор поклона, закрепление разминки. Танцевальные шаги и бег. Танц. образ «Винтик».	
	17	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: упражнения на формирование танц. техники и стречинг. Повтор танца «Помощники Деда Мороза».	
	20	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: танцевальные шаги и бег. Повтор танца «Рок-н-ролл».	
	24	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: композиционные перестроения по ходу занятия. Повтор танца «Дружба».	
	27	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: танцевальные шаги и бег. Повтор танца «Рок-н-ролл».	
	31	тренировочное занятие	Творческий отчет.	
	Итого: 7 занятий			
	Всего 68 часов.			

Календарный учебный график по обучению хореографии детей группы от 6 до 7 лет

месяц	число время проведения занятия	форма занятия	тема занятия	форма конт- роля
сентябрь	14	обучающее занятие	Знакомство. Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Изучаем поклон, разминку.	
	17	обучающее занятие	Знакомство. Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Изучаем поклон, разминку.	
	21	обучающее занятие	Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
	24	обучающее занятие	Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
	28	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык» с усложнением. Позиции ног в хореографии.	
Итого: 5 занятий				
октябрь	1	обучающее занятие	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык» с усложнением. Смена позиций ног в хореографии шагами с натянутого носка.	
	5	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык» с усложнением. Смена позиций ног в хореографии шагами с натянутого носка.	
	8	разминочное занятие	Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса «Содатык», «Дощечка». Упражнение «Натянутые носочки».	
	12	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса «Содатык», «Дощечка». Упражнение «Натянутые носочки».	
	15	разминочное занятие	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной	

			<p>постановки корпуса «Дощечка».</p> <p>Упражнение «Натянутые носочки».. Самомассаж стоп.</p> <p>Упражнение для развития силы мышц «Карусель».</p>	
	19	тренировочное занятие	<p>Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка».</p> <p>Упражнение «Натянутые носочки».. Самомассаж стоп.</p> <p>Упражнение для развития силы мышц «Карусель».</p>	
	22	разминочное занятие	<p>Поклон. Разминка Упражнения для развития силы мышц «Карусель», «Лодочка».</p> <p>Упражнение для рук «Играют маленькие волны».</p>	
	26	тренировочное занятие	<p>Поклон. Разминка Упражнения для развития силы мышц «Карусель», «Лодочка».</p> <p>Упражнение для рук «Играют маленькие волны».</p>	
	29		<p>Поклон. Разминка. Упражнения для развития силы мышц «Лодочка», «Ракета». Упражнение для рук «Играют маленькие волны».</p>	
Итого: 9 занятий				
ноябрь	2		<p>Поклон, разминка. Повторение упражнений для развития силы мышц, для рук, для стоп.</p> <p>Стречинг.</p>	
	9	тренировка	<p>Знакомство со стилем современного танца «Джаз».</p> <p>Изучение поклона в стиле «Джаз».</p>	
	12	тренировка	<p>Закрепление поклона в стиле «Джаз». Основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс.</p>	
	16		<p>Поклон. Разминка. Основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс. Основы исполнения контракции-ремы (сжатие-высвобождение).</p>	
	19	тренировка	<p>Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.</p>	
	23	обучающее занятие	<p>Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.</p>	
	26	обучающее занятие	<p>Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз».</p>	

			Упражнение для плавности рук.	
	30	обучающее занятие	Поклон, разминка. Повторение упражнений для развития силы мышц, для рук, для стоп. Стречинг.	
	Итого: 8 занятий			
декабрь	3		Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для плавности рук «Играют маленькие волны».	
	7	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение «Натянутые носочки».	
	10	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
	14	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Карусель».	
	17	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Лодочка».	
	21		Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».	Выступление на новогоднем утреннике с танцем «Веселый джаз».
	24	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
	28		Творческие задания на самостоятельное раскрытие образов под музыку. Командные и индивидуальные задания.	
	Итого: 8 занятий			
январь	11	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».	
	14	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения	

			для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка», «Самовар». Упражнения для развития силы мышц «Ракета», «Экскаватор».	
	18	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Самовар». Упражнение для развития силы мышц «Экскаватор». Упражнение «Деревянные и тряпичные куклы».	
	21	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
	25		Поклон. Разминка. Творческие задания на раскрытие образа в танце.	
	28		Поклон. Разминка. История возникновения стиля современного танца «Модерн». Подготовительные упражнения к изучению основных движений танца «Модерн».	
Итого: 6 занятий				
февраль	1	тренировка	Поклон. Разминка. Основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза.	
	4	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Основные правила танца с предметом.	
	8	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».	
	11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».	
	15	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».	
	18	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».	
	25		Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».	

	Итого: 8 занятий			
март	1	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».	
	4		Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».	Выступление на утреннике с танцем
	11		Поклон. Разминка. Повторение упражнений для осанки и упражнений для стоп. Стречинг.	
	15		Поклон. Разминка. Повторение упражнений для силы мышц и упражнений для пластики рук.	
	18	репетиция	Поклон. Разминка. Знакомство с современным стилем танца «хип-хоп». История возникновения, подготовительные упражнения.	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Основные движения танца «хип-хоп»: кач, степ, пружинка, хэппи-фит.	
	25		Поклон. Разминка. Основные движения танца «хип-хоп»: роджер, рэббит, монастери.	
	29		Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».	
	Итого: 8 занятий			
апрель	1	репетиция	Поклон. Разминка. Изучение элементарных акробатических трюков детского танца в стиле «хип-хоп»: переворот через спину назад, бочка, разножка.	
	5		Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики».	
	8		Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики».	
	12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики».	
	15	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики».	
	19	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики».	
	22	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики».	
	26	репетиция	Поклон. Формирование разминки	

			для творческого отчета. Повторение основных упражнений для осанки.	
	29		Поклон. Разминка. Изучение элементарных акробатических трюков детского танца в стиле «хип-хоп»: переворот через спину назад, бочка, разножка.	
Итого: 9 занятий				
май	6	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танцевальных номеров: «Веселый джаз», «Летят голуби», «Хипхопчики».	
	13	репетиция	Подготовка творческого отчета. Творческое задание для групп – придумать поклон в одном из трех стилей танца: джазе, модерне или хип-хопе. Выбор стиля поклона вместе с детьми.	
	17	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Веселый джаз».	
	20	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Летят голуби».	
	24	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Хипхопчики».	
	27	тренировочное занятие	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Хипхопчики».	
	31	тренировочное занятие	Творческий отчет.	
Итого: 7 занятий				
Всего 68 часов.				

**Расписание платных образовательных услуг МБДОУ «Детский сад №234»
на 2021/2022 учебный год**

	Наименование дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
1.	Хореография		15 ¹⁰ - 15 ⁴⁰ (ст.гр +			15 ¹⁰ - 15 ⁴⁰ (ст.гр +

			подг.гр) 15 ⁵⁵ - 16 ²⁵ (мл.гр + ст.гр)			подг.гр) 15 ⁵⁵ - 16 ²⁵ (мл.гр + ст.гр)
--	--	--	-----------------------------------------------------------------------	--	--	-----------------------------------------------------------------------

2.2. Условия реализации Программы

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

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

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

В программу «Обучение хореографии» включен разработанный практический и теоретический материал, новые компоненты.

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

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

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

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

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

Основу программы составляют двигательные действия, поддерживающие на оптимальном уровне работу сердечно - сосудистой,

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

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

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

Возрастная группа: дети дошкольного возраста от 3 до 7 лет.

Программа рассчитана на 1 год обучения в каждой возрастной группе.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, 8 занятий в месяц, 68 часа в год.

Продолжительность одного занятия: не более 30 минут.

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

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

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

В процессе освоения двигательных упражнений дети постепенно начинают ориентироваться в пространстве зала. Научить детей

самостоятельно ориентироваться в пространстве зала - одна из сложных задач, решение которой требует систематического повторения.

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

В процессе изучения нового материала наиболее актуальными являются:

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

Из многообразия существующих способов вызвать у детей интерес к новому материалу педагог выбирает наиболее оптимальные, соответствующие личности самого педагога, а также возрастным и индивидуальным особенностям своих воспитанников. Это могут быть загадки, сюрпризы, обращение к любимым персонажам и героям мультфильмов и т.д. Активизация внимания достигается за счет выполнения движений по показу. В процессе подражания дети внимательно следят за движениями педагога, их внимание полностью поглощено отражением действий взрослого. Темп и ритм движений, их последовательность, а также характер исполнения подчинены показу и звучанию музыки. В этот момент у детей тренируется скорость переключения движений, формируются умения и навыки, развивается слуховое восприятие, все виды памяти (мышечная, зрительная, слуховая). Полисенсорная основа (вижу, слышу, чувствую) способствует более эффективному и прочному усвоению материала и гармоничному развитию ребенка. Педагог подбадривает детей, старается стимулировать творческую активность, подбирает образные сравнения, характеризующие игровой образ, внушает уверенность в собственных силах. В процессе наблюдения педагог определяет те виды упражнений, которые вызывают у детей затруднения, Их можно сразу показать в медленном темпе под счет, используя приемы словесного объяснения в сочетании с музыкой. А затем снова детям предлагается исполнить всю композицию от начала до конца. Если некоторые сложные движения совсем не получаются у детей, то можно их заменить на более простые.

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

Чтобы добиться успеха, необходимо вначале уделить внимание формированию у ребенка установки на исполнение композиции. Важно

«зацепить» интересы детей, их жизненный и игровой опыт, как бы перекинуть «мостик» от музыки и содержания композиции к интересу ребенка, его индивидуальности и вызвать желание «войти в образ», показать его в пластике. Разнообразные танцевальные композиции требуют разных установок, опоры на различные образы.

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

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

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

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

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

Формы реализации программы:

- групповая – до 30 человек;
- индивидуальная – при возникновении сложностей с разучиванием элементов и комбинаций;
- ансамблевая – постановочная работа;
- игровая – при выполнении игр и развивающих упражнений.

Методы реализации программы:

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

- наглядный - показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом;
- практический – выполнение движений, упражнений;
- метод сотворчества – педагог побуждает детей к придумыванию своих танцевальных движений для танцев.

Средства реализации программы:

- яркий показ педагога не только движений, но и эмоций в танце;
- набор основных движений для постановки корпуса, развития мышечной силы, развития подвижности суставов и др.;
- атрибуты;
- танцевальные игры и танцевальные образы как игровое средство научения танцевальному движению и импровизации;
- набор музыкального материала, применяемый в соответствии с возрастными особенностями группы и уровнем подготовленности обучающихся.

Материально-техническое обеспечение Программы

Учебно-материальная база:

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

Необходимая форма для занятий по хореографии:

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

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

3.5. Взаимодействие с родителями.

Работа с родителями воспитанников в процессе обучения хореографии проходит поэтапно. На первом этапе, подготовительном, проводится анкетирование с целью выявления заинтересованности родителей на получение дополнительной образовательной услуги по программе «Обучение хореографии» и возможностей сотрудничества по данному направлению.

Затем проводится родительское собрание с целью непосредственного вовлечения родителей в процесс обучения хореографии детей, проходит обсуждение необходимых условий и возможностей для осуществления образовательной деятельности:

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

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

В течение учебного года по запросам родителей оказываются консультации, информационная поддержка по вопросам индивидуальных достижений воспитанников, их индивидуального творческого развития.

Открытые занятия проводятся с приглашением родителей, а так же с непосредственным их участием. Так же поощряется и стимулируется желание ребенка выступать перед зрителями в домашних условиях.

2.3. Оценочные материалы

Мониторинг формирования навыков и умений детей по дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе «Хореография» в 2021/2022 учебном году

№	Ф.И. обучающегося	Параметры														
		чувство ритма			мышечная память			композиция				танцевальное творчество				
		н	г	с г	к г	н г	с г	к г	н	г	с г	к	г	н г	с г	к г
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
	ИТОГО															

Условные обозначения: н г - начало года, с г - середина года, к г - конец года.
В - высокий уровень, С – средний уровень, Н - низкий уровень.

Уровни освоения программы:

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

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

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

2.4. Методические материалы

В основе программы – личный опыт автора.

Программа	Возраст	Методическая литература
Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Хореография»	3-7 лет	1. Барышникова, Т. С. Азбука хореографии: учебное пособие / Т.С. Барышникова. – М.: 1999. 2.Бекина, С. А. Музыка и движение: учебное пособие / С.А. Бекина. - М.: Просвещение, 1994. 3.Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей 3–7 лет 4. Е. В. Горшкова. «От жеста к танцу»

Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000.
2. Бриске И. Э. Мир танца для детей. Челябинск, 2005.
3. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста «Ритмическая мозаика», 2006.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. СПб: Диамант, 1997.
5. Козлов В., Гиршон А., Веремеенко Н. Интегративная танцевально – двигательная терапия, изд. 2-е, СПб: Речь, 2006.
6. Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1
7. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль, 2004.
8. Сауко Т., Буренина А. Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2 – 3 лет, СПб, 2001.
9. Скрипниченко Е.В. Программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет «Чудо-ритмика», Соликамск, 2010.
- 10.Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. Москва: Линка – Пресс, 2006.
- 11.Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Са-фи-дансе: танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб.: «Детство - пресс», 2003.

Лист изменений. и дополнений