

**Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение
« Детский сад №18 «Гнёздышко» комбинированного вида г. Орска»**

ПРИНЯТА:

На заседании Педагогического Совета
МДОАУ «Детский сад № 18 г. Орска»

Протокол № 01 от 31.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОАУ
«Детский сад № 18 г. Орска»

Е.С.Брагина
приказ № 54/1 от 31.08.2022г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности**

« Основы хореографии »

для детей 3-7 лет

Срок реализации: с 01.09.2022-31.05.2023г.

Автор-составитель: Карташова В.В.
педагог дополнительного образования

Орск, 2022 г.

Содержание.

1.Целевой раздел.

1.1.Пояснительная записка

1.2. Цели и задачи программы

1.3. Возрастные и индивидуальные особенностей развития детей

1.3.1. Принципы и подходы к формированию программы.

1.4. Планируемые результаты освоения детьми программы

2. Содержательный раздел Программы.

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

2.2.Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (тематическое планирование по возрастам)

3. Заключительный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение программы.

4. Список литературы.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Основы хореографии» разработана в соответствии с особенностями её функционирования на базе МДОАУ № 18 «Гнёздышко» с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Программа разработана с учетом нормативных документов:

- Федеральный закон РФ №273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования РФ №1155 от 17.10.2013;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20

"Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

- Приказ 196 от 9 ноября 2018 г. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам с изменениями от ноября 2020 года.

- Решение Орского городского Совета депутатов от 19.10.2017г. № 29-512 «Об утверждении Положения «Об организации и порядке предоставления платных образовательных услуг муниципальными организациями города Орска, осуществляющими образовательную деятельность.

- Лицензия на право ведения образовательной деятельности;

- Устав МДОАУ «Детский сад № 18 «Гнездышко» г. Орска.

1.Целевой раздел.

1.1.Пояснительная записка

Дополнительная программа «Основы хореографии» направлена на вооружение обучающихся знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровней.

Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания.

Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир ребёнка, развивает его всесторонне.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. При условии целенаправленного руководства со стороны педагога и правильной организации деятельности, музыкально-ритмические и танцевальные движения способствуют развитию творческих способностей детей. Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении.

Хореография является органической частью системы образования, воспитания и развития личности.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения портерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение.

Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение, выполняя различные упражнения укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учётом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований программы.

1.2.Цель программы: формировать у детей творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Задачи программы:

Образовательные:

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении простейший ритмический рисунок;

Развивающие:

- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом;

Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путём создания положительного эмоционального настроя;
- психологическое раскрепощение ребёнка;

- воспитание умения работать в паре, коллективе;
- понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

1.3.Возрастные и индивидуальные особенностей развития детей:

Особенности детей от 3 до 4 лет:

Ребенок 3-4 лет встает на новую ступень развития. Этот возрастной период является переходным из раннего детства в средний дошкольный возраст. Ребенок 3 лет по-прежнему эмоционален, чувствителен к похвале или порицанию взрослого. Детская хореография дает возможность весело и творчески привить любовь к культуре танца. Кроме этого, занятия улучшают чувство ритма, равновесие, координацию движений. Хореография для детей 3-4 лет -это музыкальные игры, в ходе которых дети учатся двигаться под музыку, различать ритмический рисунок, развивают музыкальный слух.

Особенности детей от 4 до 5 лет:

Стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже меньше нуждается в опеке взрослых. Обратная сторона самостоятельности - заявление о своих правах, потребностях, попытки установить свои правила в своем близком окружении. Ребенок начинает понимать чувства других людей и сопереживать. Начинают формироваться основные этические понятия, которые ребенок воспринимает не через то, что ему говорят взрослые, а исходя из того, как они поступают.

Творческие способности. Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий, мечтаний, где он получает возможность стать главным героем, добиться недостающего признания и т.п. Ребенок чувствует себя недостаточно защищенным перед большим миром. Интерес к ровесникам. От внутри семейных отношений ребенок переходит к более широким отношениям со сверстниками. Совместные игры становятся сложнее с сюжетно - ролевым наполнением. Все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников.

Активная любознательность заставляет детей задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить и обсуждать различные вопросы. Их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре.

Особенности детей от 5 до 6 лет:

Формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети учатся самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки. Могут выполнить и усвоить небольшие музыкальные задания. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память.

Особенности детей от 6 до 7 лет:

В этом возрасте ребенок – дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из

области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения. Ребенок физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Проявляются элементы творчества во всех видах деятельности, осмысленнее воспринимает музыку. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца. Дети способны осмыслить указания педагога и, опираясь на имеющийся опыт, без показа выполнить некоторые музыкально-ритмические задания. Они с большим увлечением соревнуются в нахождении новых сочетаний знакомых плясовых движений, конечно, эти попытки детей в придумывании своего танца еще не уверенные. Движения однообразны, чувствуется их некоторая скованность. Дети иногда очень нерешительно включаются в такие задания. Но к концу года многие могут достаточно выразительно передать в танце характер, настроение, имеют большой запас основных танцевальных движений, устойчивых музыкально-ритмических навыков. В этом возрасте развиваются коллективистские черты личности. Дети обычно очень общительны, любят совместные игры, находиться в группе сверстников. Они уже могут согласовывать свои действия с действиями других людей, способны к сопереживанию.

1.3.1. Принципы и подходы к формированию программы.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании **педагогических принципов.**

Принципы:

- индивидуализации(определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям);

Основными подходами к формированию Программы являются:

- индивидуальный подход, предписывающий гибкое использование педагогам различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку;
- личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка
- создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей;
- средовой подход, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка.

1.4. Планируемые результаты освоения Программы.

Критерии и показатели освоения Программы за год:

Критерии	Показатели
1. Танцевальные движения	1.Изучение 3-5 танцевальных движений под музыку в определенном порядке. 2. Умение запомнить и выучить последовательность хореографических рисунков и их количество.
2.Координация движений	1.Развитие координации движений в хореографической постановке. 2.Умение детей ориентироваться в пространстве.
3. Творческое воображение	1.Выражение движением и мимикой настроения и чувств, изображение персонажа. 2. Развитие импровизации и освоения образных движений.
4.Дыхание	1.Формирование умения правильно дышать при исполнении хореографической композиции. 2. Обеспечение постепенного перехода от повышенной мышечной деятельности к спокойному состоянию.
5.Музыкальное восприятие	1.Исполнение хореографических движений под счет. 2.Определение характера музыки и музыкального образа. 3.Умение различать музыкальные жанры.
6.Постановка корпуса	1.Обеспечение постепенной подготовки организма к предстоящей физической нагрузке. 2.Использование упражнений, содействующих формированию правильной осанки.

Обучая дошкольников по данной программе, к концу года мы добиваемся следующих результатов:

Первый год обучения (младшая группа). Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Овладевают навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топать в такт музыки. Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

Второй год обучения (средняя группа). После второго года обучения занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Третий год обучения (старшая группа). Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.

Четвертый год обучения (подготовительная к школе группа). Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Общие:

- дети с удовольствием посещают занятия, они активны и эмоциональны;
- каждый ребёнок может осознанно повторить выученные элементы танцев;
- родители интересуются занятиями детей;
- педагоги активно используют полученные умения детей на различных мероприятиях;
- выявление и привлечение способных детей к расширенным и углубленным дополнительным знаниям.

Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы:

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговое занятие;
- открытые занятия для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

2. Содержательный раздел Программы

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

Занятие хореографией вводит детей дошкольного возраста в большой и удивительный мир хореографического искусства, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями хореографии. Регулярные занятия помогут детям влиться в громадный мир музыки от классики до современных стилей и попытаться проявить себя посредством пластики, близкой детям дошкольного возраста.

Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению.

Для обучения хореографии в детском саду используются следующие методы:

1. Наглядный – исполнение музыки сопровождается показом;
2. Словесный – беседа о характере музыки, рассказ о ее образах;
3. Практический – многократное выполнение музыкально-хореографических движений с последующим их включением в игры, пляски, хороводы. Нужно стремиться научить ребенка действовать по схеме: услышать – увидеть – нарисовать – станцевать.

Наглядные методы – это показ руководителя.

Нетрадиционными методами, я считаю, совокупность всех методов и приемов, включая пластическую гимнастику, партерную гимнастику с использованием подсобных средств (стульчики, палочки)

Словесные методы – это раскрытие танцевального образа через рассказ, определяя характер героя, его эмоциональный настрой.

Практические методы – результат общей работы педагога и детей. Это наши праздники, развлечения, где дети раскрывают свою индивидуальность, используя основной принцип хореографии: от музыки к движению.

2.2.Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (тематическое планирование по возрастам)

Сроки реализации программы. Возраст детей

Программа предназначена для обучения детей 3-7 лет и рассчитана на 4 учебных года. Этот период можно определить как первый этап в освоении азов ритмики, азбуки классического, русского и бального танцев.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребёнка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребёнка;
- большим объёмом материала;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Продолжительность занятий

3-4 года - 15 минут

4-5 лет -20минут

5-6 лет -25минут

6-7 лет-30минут

Обязательными условиями проведения занятий в музыкальном зале являются:

- соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам;
- наличие формы.

Структура занятия

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

1. Подготовительная часть- построение детей, настрой на занятие, поклон, постановка корпуса, разминка.

2. Основная часть –импровизация, изучение танца, партер, изучение хореографических рисунков. 3. Заключительная часть –упражнения на дыхание, на расслабление мышц, поклон. Занятия проводятся в зале. Необходимыми условиями проведения должны быть достаточная возможность частого проветривания помещения. В наличии должны быть музыкальный центр, зеркала, мягкое напольное покрытие.

В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учётом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребёнка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

Этапы процесса обучения.

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

Начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению);

Этап углубленного разучивания упражнения;

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, у дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям («дансатность»);
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Первый год обучения: 3-4 года.

Характеристика возраста:

Дети младшего школьного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности в пропорциях строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), особенности протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще не достаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

Приоритетные задачи:

- воспитание интереса, потребности в движении под музыку;
- развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпом, ритмом музыки;
- обогащение слушательского и двигательного опыта.

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное	1	-	1
2.	Её Величество Музыка	1	3	4
3.	Играя, танцуем (ритмопластика)	-	6	6
4.	Игровой стретчинг	1	4	5
5.	Азбука танца	1	3	4
6.	Рисунок танца	1	3	4
7.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	4	4

	ИТОГО:	5	23	28
--	--------	---	----	----

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения (3-4 года)

Вводное занятие:

Знакомство с залом, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях.

ТЕМА «Ее Величество Музыка!» (Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями)

Задачи:

1. Воспитывать у детей умение слушать музыку.
2. Учить воспринимать и оценивать музыку.
3. Развивать умение организовать свои действия под музыку.

Содержание:

1. Характер музыкального произведения.
 1. Узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение этого в эмоциях, движениях: «Зайка», «Птички», «Мишенька-медведь», «Барабан», «Лошадки»
2. Творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную: «Веселый и грустный зайка», «Чебурашка».
3. Создание заданного образа: воробей весело перелетает с ветки на ветку, раненый воробей, котик заболел, котик играет, игры «Жуки и бабочки», «Большая птица и маленькие птички»
2. Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный).
4. Слушая музыку, определить ее темп (в движении).
5. Творческое задание: изобразить зайку, мышку, лисичку, медведя
6. Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами.
3. Динамические оттенки (громко, тихо)
 1. Слушая музыку, определить динамические оттенки (в движении).
 2. Творческое задание: изобразить хлопками (или пальчиками) дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо).
 3. Игра «Тихо и громко».
 4. Ритмический рисунок.
 1. Воспроизведение хлопками и притопами простого ритмического рисунка (быстро и медленно)
 2. Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.
 5. Строение музыкального произведения (вступление, часть).
 1. Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.
 2. Игра «Побегаем, походим».
 3. На примере изучаемых танцевальных этюдов учить самостоятельно начинать движение после вступления.

ТЕМА «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)

Задачи:

1. Развивать внимание
2. Развивать координацию движений

3. Развивать зрительную и слуховую память
4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов

Содержание:

1. Комплексы игровой ритмики «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес», «Веселые путешественники», «Лошадка», «Чебурашка», «Плюшевый медвежонок».
2. Движения рук («Путаница», «Догонялки», «Жадина»).
3. Движения ног («Топотушки», «Переходим через лужу»)

ТЕМА «Игровой стретчинг»

Задачи:

1. Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат
2. Улучшать эластичность мышц и связок
3. Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат

Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Рубим дрова», «Горка», «Черепашка», «Веточка», «Гребцы».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Лисичка», «Часики»,
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед».
5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Утюжок»
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница», «Ветер, ветерок»
7. Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка».
8. Композиция «Маленький цыпленок»

ТЕМА «Азбука танца»

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев.

Содержание:

1. Ходьба:

- бодрая,
- спокойная,
- на носках,
- топающим шагом,
- ходьба на четвереньках

2. Бег:

- легкий,
- ритмичный,
- передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»)

3. Прыжки:

- на двух ногах вместе,
- с продвижением вперед,

- прямой галоп («лошадки скачут»).

4. Постановка корпуса

5. Позиции ног: I-я, VI-я

6. Подготовка к изучению позиций рук (этюды «Воздушный шар»)

7. Танцевальные положения рук:

- на поясе,
- за юбочку,
- за спиной,
- на поясе в кулачках.

8. Танцевальные движения:

- поочередное выставление ноги на пятку,
- поочередное выставление ноги на носок,
- пружинки,
- притопывание одной ногой,
- притопывание двумя ногами

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Научить детей ориентироваться в пространстве.
2. Научить детей соблюдать интервалы
3. Самостоятельно находить свободное место в зале.
4. Перестраиваться в круг
5. Становиться в пары.

Содержание:

1. Рисунок танца «Круг»:
 - движения по линии танца (игра «Часы»);
 - движение в круг, из круга (игра «Надувала кошка шар»).
2. Игра «Дружно парами гуляем»
3. Свободное размещение в зале (игра «Горошины»)
4. Игра «Клубочек»
5. Игра «Паровозик»

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

1. Научить детей двигаться в соответствии с музыкой.
2. Развивать память, актерское мастерство.
3. Готовить к концертной деятельности.

Этюды: «Ручеек и цветочки», «Пчелки и цветочки», «Снежинки-пушинки»

Танцы: «На птичьем дворе», «Детская полечка», «Приглашение».

Второй год обучения (4-5 лет).

Для детей 4-5 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену частей музыки, в понимании пауз.

Приоритетные задачи:

- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений,
- воспитание самостоятельности в исполнении,
- побуждение детей к творчеству,
- стимулирование индивидуальных проявлений детей, инициативность в танцевальной деятельности.

№ п\п	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное	1	-	1
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3.	Её Величество Музыка	2	4	6
4.	Игровой стретчинг	1	4	5
5.	Азбука танца	1	10	11
6.	Рисунок танца	1	4	5
7.	Играя, танцуем (ритмопластика)	1	14	15
8.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	12	14
	ИТОГО:	8	48	56

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Второй год обучения (4-5 лет)

Вводное занятие:

Знакомство с залом, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях.

ТЕМА «Волшебное знакомство» (Введение в предмет)

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танца.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.

ТЕМА «Её Величество Музыка»

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные на первом году обучения.
2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.
3. Развитие музыкальной памяти.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, регистр, ритмический рисунок, строение).
2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка, притопыванием).
3. Такт, ритмический рисунок.
 1. Творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.
 2. Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо».
 4. Музыкальный жанр.

1. Полька, марш, вальс (устно определить жанр)

2. Игра: «Марш – полька – вальс»

ТЕМА «Игровой стретчинг» (партерная гимнастика)

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Исправлять дефекты осанки.
4. Укреплять физическое и психическое здоровье.

Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Колечко», «Лодка», «Собачка», «Рыбка». «Качели», «Кораблик».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан», «Гуси»
5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
7. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Крыло».
8. Игровая композиция «Утенок Кряк».

ТЕМА «Веселая разминка»

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

Содержание:

Комплексы движений разминки: «Девочка и мячик» (одни ребенок прыгает на одной ноге, а второй на корточках прыгает, как мячик)

«Лягушки» (приседают, колени в сторону)

«Цапли» (ходьба с поднятием то правого, то левого колена)

«Травка растет» (сидя на корточках, поднимают правую, потом левую руку, потом постепенно встают, вырастают, поднимают руки вверх)

ТЕМА «Азбука танца»

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Шаги:

- танцевальный шаг с носка,
- маршевый,
- хороводный.
- на полупальцах,
- прыжки,
- галоп,
- топающий шаг,
- ходьба на четвереньках,
- ходьба полуприсядом,

Бег:

- мелкий на полупальцах,
- передающий различные образы,
- с высоко поднятыми коленями,
- широкий («волк»),
- острый (бежим по «горячему песку»)

Прыжки:

- на двух ногах вместе,
- с продвижением вперед,
- прямой галоп «лошадки»,
- пражки вокруг себя на 360°

Экзерсис на середине:

- позиции ног (I и VI),
- постановка корпуса,
- demi - plie в I – VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- releve на полупальцы (в VI (невыворотной) позиции);
- перегиб корпуса вперед и в сторону,
- позиции рук: подготовительная, I-я, III-я.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):

- замкнутый круг;
- раскрытый круг (полукруг);
- круг в круге,
- лицом в круг, спиной из круга;
- круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

ТЕМА «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)

Задачи:

1. Развивать внимание
2. Развивать координацию движений
3. Развивать зрительную и слуховую память
4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов

Содержание:

Повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций «Кораблики», «Красная шапочка», «Куклы с мишкой», «Антошка», «Волшебный цветок».

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.

2. Подготовить к показательным выступлениям.

Содержание:

Танцы: «Пчелки», «Курочка и цыплята», «Танец звездочек», «Матрешки».

Пляски «Приглашение», «Топни, ножка моя», «Веселые гномики».

Третий год обучения (5-6 лет).

В возрасте 5-6 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнении, эмоционально осознанное восприятие.

Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения.

Приоритетные задачи:

- умение оперировать музыкальными представлениями;
- продолжать формировать умение сочетать пантомиму, танец, пластику;
- учить отражать в танцевальных импровизациях изменения в музыкальном образе;
- вводить элементы балетного и современного массового танца.

№ п\п	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное	1	-	1
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3.	Её Величество Музыка.	1	4	5
4.	Игровой стретчинг	1	6	7
5.	Партерный экзерсис (классический)	2	5	7
6.	Играя, танцуем (ритмопластика)	1	6	7
7.	Рисунок танца	1	4	5
8.	Народный танец	1	5	6
9.	Бальный танец	1	4	5
10.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	12	12
	ИТОГО:	10	46	56

Вводное занятие.

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

ТЕМА «Волшебное знакомство с танцем»

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, бальными.
2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
4. Беседа о любимых танцах.

ТЕМА «Её Величество Музыка»

Задачи:

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.
2. Расширить представления о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).
 - творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;
 - выделять сильную долю, слышать слабую долю;
 - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
 - прохлопывать заданный ритмический рисунок.
4. Музыкальный жанр
 - полька, марш, вальс (устно определить жанр)
 - игра: «Марш – полька – вальс»
5. Слушать музыку а'capella, уметь двигаться под нее.

ТЕМА «Игровой стретчинг»

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.
5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

Содержание:

1. Упражнения на полу: постановка корпуса; работа на стопы; растяжка; работа над укреплением брюшного пресса, мышц шеи.
2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки).
3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
9. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»
10. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
11. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
12. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
13. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
14. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Журавель»

15. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа.

15. Игровая композиция «Просто так».

ТЕМА «Партерный экзерсис» (элементы классического танца)

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Экзерсис на середине:
 1. постановка корпуса (ноги в свободном положении);
 2. понятия рабочая нога и опорная нога;
 3. позиции ног (I-я, II-я, III-я, v при относительной выворотности ног);
 4. постановка корпуса в I – II – III позиции;
 5. releve на полупальцы;
 6. demi - plie в I – II – III-VI позиции;
 7. чередование releve и demi – plie;
 8. grand-plie в I – II – III-VI позиции;
 9. battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
 10. cote (легкие прыжки);
1. позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
2. перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

ТЕМА «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг»:
 1. замкнутый круг;
 2. раскрытый круг (полукруг);
 3. круг в круге;
 4. сплетенный круг (корзиночка);
 5. лицом в круг, лицом из круга;
 6. круг парами,
 7. круг противходом.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

1. перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);
2. перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

1. перестроение из круга в диагональ;
2. перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

4. Рисунок танца «Спираль».

1. Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

2. горизонтальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;
3. Изучение основ русского народного танца:
 - развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;
 - работа рук в русском танце;
 - навыки работы с платочком;
 - русский поклон;
 - подскоки;
 - тройные прыжки
 - бег с вытянутыми носочками
 - боковой галоп
 - шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
 - хлопки
 - движение с выставлением ноги на носок;
 - «ковырялочка» вперед и в сторону;
 - пружинка с поворотом;
 - приставные шаги в сторону;
1. Ходы:
 - простой, на полупальцах,
 - боковой, приставной,
 - боковой ход «припадание» по VI позиции,
 - беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
1. Подготовка к «дробям»:
 - притопы,
 - удары полупальцами,
 - удары каблуком;

2. Хлопки и хлопушки для мальчиков:

- одинарные по бедру и голенищу.
- каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
- присядка с выставлением ноги на пятку

ТЕМА «Бальный танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».

Содержание:

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:
 1. подскоки, галоп;
 2. комбинирование изученных элементов;
 3. положения в паре:
 1. «лодочка»,
 2. руки «крест- накрест»,
 3. мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.
3. Изучение основ танца «Вальс»:
 1. основные элементы:
 1. «качели»,
 2. «вальсовая дорожка»,
 3. «перемена»;
 4. balace (покачивание в разные стороны)
 2. работа в паре:
 1. положение рук в паре,
 2. вращение «звездочка»;
 3. простые танцевальные комбинации.

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Россия-матушка», «Красный сарафан»

Сюжетные танцы: «Ходики», «Аквариум», «Лягушки и цапля»

Детские танцы «Барбарики», Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: «Украинская полечка» «Сиртаки», «Русские узоры», «Казачата», «Веселый рок-н-рол»,

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Бабочки», «Стирка», «Моряки»

Четвертый год обучения (6-7 лет).

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми

более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи:

- развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное	1	-	1
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3.	Постановка корпуса	1	4	5
4.	Игровой стретчинг	-	4	4
5.	Партерный экзерсис (элементы классического танца)	1	8	9
6.	Играя, танцуем (ритмопластика)	-	4	4
7.	Рисунок танца	1	5	6
8.	Народный танец	1	4	5
9.	Бальный танец	1	5	6
10.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	15	15
	ИТОГО:	7	49	56

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Четвертый год обучения (6-7 лет)

ТЕМА «Волшебное знакомство» (Введение в предмет)

Задачи:

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.
3. Познакомить детей с разновидностями бальных танцев.
4. Беседа о стилях и направлениях.

ТЕМА «Ее величество Музыка»

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные ранее.
2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).
3. Такт, затакт, размер 2/4, 3/4, 4/4.
 - уметь выделять сильную долю;
 - уметь начинать движение с затакта;
 - творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;
 - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
4. Музыкальный жанр
 - полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)

- игра: «Марш – полька – вальс»

5. Слушать музыку a'capella, уметь двигаться под нее.

ТЕМА «Игровой стретчинг»

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.
5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

Содержание:

1. Упражнения на полу:
 - постановка корпуса;
 - работа на стопы;
 - растяжка;
 - работа над укреплением брюшного пресса.
2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки).
3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра», «Колечко», «Свечка», «Мостик», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
16. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»
17. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
18. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
19. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя;. Поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
20. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
21. Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».
22. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа, полупагаты.
23. Игровая композиция «Сказка о жадном императоре»

ТЕМА «Партерный экзерсиз» (элементы классического танца)

Задачи:

4. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
5. Формировать правильную осанку и координацию движений.
6. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

2. Экзерсиз на середине:
 11. постановка корпуса (ноги в свободном положении);
 12. понятия рабочая нога и опорная нога;
 13. позиции ног (I-я, II-я, III-я, v при относительной выворотности ног);
 14. постановка корпуса в I – II – III позиции;
 15. releve на полупальцы;
 16. demi - plie в I – II – III-VI позиции;
 17. чередование releve и demi – plie;

18. grand-plie в I – II – III-VI позиции;
19. battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
20. cote (легкие прыжки);
21. перегиб корпуса вперед и в сторону.
3. позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
4. перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);
5. повороты головы на 1/2; 1/4.

ТЕМА «Игра, танцуем» (комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Ни кола, ни двора», «Кукляндия», «Звериная аэробика»

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

3. Движение по линии танца.
4. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):
8. замкнутый круг;
9. раскрытый круг (полукруг);
10. круг в круге;
11. сплетенный круг (корзиночка);
12. лицом в круг, лицом из круга;
13. круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

3. перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
4. перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

3. перестроение из круга в диагональ;
4. перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

4. Рисунок танца «Спираль».

3. Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

4. горизонтальная;
5. вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

6. Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца».

Игра – танец «Бесконечный».

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

4. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
5. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
6. Научить основам русского танца.

Содержание:

3. Введение в предмет «Русский танец»;
4. Постановка корпуса;
 3. Изучение основ русского народного танца:
 - развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;
 - работа рук в русском танце;
 - навыки работы с платочком;
 - русский поклон;
 - подскоки;
 - припадания;
 - тройные прыжки
 - бег с вытянутыми носочками
 - боковой галоп
 - шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
 - хлопки
 - движение с выставлением ноги на носок;
 - движение «ключик»
 - «ковырялочка» вперед и назад
 - пружинка с поворотом
 - приставные шаги в сторону
2. Ходы:
 - простой, на полупальцах,
 - боковой, приставной,
 - боковой ход «припадание» по VI позиции,
 - беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
3. Подготовка к «дробям»:
 - притопы,
 - удары полупальцами, удары каблуком;
4. Хлопки и хлопушки для мальчиков:
 - одинарные по бедру и голенищу.
 - каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.

ТЕМА «Бальный танец»

Задачи:

4. Познакомить детей с историей бального танца.
5. Научить основам танца «Полька».
6. Разучить основные элементы танца «Вальс».
7. Разучить основные движения танца «Вару-вару»

Содержание:

4. Введение в предмет
5. Изучение основ танца «Полька»:
 4. подскоки, шаг польки, галоп;
 5. комбинирование изученных элементов;
 6. положения в паре:
 4. «лодочка»,
 5. руки «крест-накрест»,
 6. мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.
6. Изучение основ танца «Вальс»:
 4. основные элементы:
 5. «качели»,
 6. «квадрат»,
 7. «ромб»,
 8. «вальсовая дорожка»,
 9. «перемена»;
 10. balance (покачивание в разные стороны)
 5. работа в паре:
 3. положение рук в паре,
 4. «ромб» в паре,
 5. вращение «звездочка»;
 6. простые танцевальные комбинации.
7. Изучение основ танца «Вару-вару»
 - выброс ног поочередно в прыжке вперед;
 - выброс ног поочередно с прыжке с разные стороны;
 - комбинированные изучение основных элементов;
 - рисунок танца:
 - положение anface;
 - положение «лицом друг к другу»
 - работа в паре:
 - положение рук в паре;
 - положение ног в паре;
 - вращение в паре «волчок»;
 - работа над ритмом:
 - похлопывание основного ритма танца;
 - работа над ритмом в движении.

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

4. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
5. Подготовить к показательным выступлениям.
6. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Аленушки», «Василек», «Родные просторы»

Сюжетные танцы: «У самовара», «Отдых летом», «На птичьем дворе»

Детские танцы «Барбарики», «Пробуждальный» танец, «Веселые квадраты», «Зажигай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия».

Танцы народов мира: «Восточный танец», «Сиртаки», «Русский перепляс», «Еврейский танец», «Казачата», «Ковбои», «Аргентинское танго», «Танец с тросточками», «Веселый рок-н-рол», «Кармен» (испанский танец), «Цыганский танец».

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Гномики», «Бабочки».

3.Заключительный раздел.

Условия реализации программы:

3.1. Материально-техническое и методическое обеспечение программы:

Занятия проводятся в актовом зале, оборудованном станком и аудиоаппаратурой, соответствующем санитарно-гигиеническим требованиям. Занятия проводятся при наличии у детей специальной формы (у мальчиков: шорты и футболка; у девочек: лосины и футболка; либо купальник и юбка).

Информационное обеспечение:

Музыкальное сопровождение (аудиозаписи, диски, флешки).

Кадровое обеспечение:

Право на реализацию программы имеет образовательная организация при наличии соответствующей лицензии на осуществление образовательной деятельности. Возможна сетевая форма реализации программы с использованием ресурсов нескольких образовательных организаций.

Реализация программы проводится педагогом дополнительного образования, владеющим необходимыми компетенциями, соответствующими профилю и направленности программы.

Формы организации образовательного процесса

Программа предусматривает использование групповой формы работы. Групповая форма предусматривает подачу учебно-воспитательного материала всему коллективу.

Объем образовательной нагрузки в месяц

Возрастная группа	Кол-во занятий в неделю	Продолжительность 1 занятия	Кол-во занятий в месяц	Кол-во занятий в год.
3-4 года	2	15мин.	8	96
4-5 лет	2	20 мин.	8	96
5-6 лет	2	25 мин.	8	96
6-7 лет	2	30 мин.	8	96

4. Список литературы.

- 1.. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. ФГОС».- С-Пб: «ДЕТСТВО –ПРЕСС», 2016, 352
2. Т. К Барышникова. Азбука хореографии. - М.: Айрис – пресс, 2000, 266
3. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. М.: Айрис, 2008. - 112
- 4.Скрипниченко«Чудо-ритмика»/ программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет, Соликамск, 2010.
5. Бриске И. Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
6. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие– М.:Владос, 2003

7. Слущкая С. Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
8. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000
9. Народное искусство в воспитании детей / Под ред. Т. С. Комаровой. -М, 2005.
10. Е. Н. Арсенина Музыкальные занятия . старшая группа, издание Учитель-2015
11. Зацепина М. Б. Музыкальное воспитание в детском саду. —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
12. Зацепина М. Б. Культурно-досуговая деятельность. — М., 2004.
13. Зацепина М. Б. Культурно-досуговая деятельность в детском саду. —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
14. Зацепина М. Б., Антонова Т. В. Народные праздники в детском саду. —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
15. Зацепина М. Б., Антонова Т. В. Праздники и развлечения в детском саду. - М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
17. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2014.
16. М. М. Борисова « Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2014 г.
17. Е. Р. Железнова «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников» Детство – Пресс, 2013

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845782

Владелец Брагина Елена Станиславовна

Действителен с 28.11.2022 по 28.11.2023