

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «РОСИНОЧКА»

Принято

Заседание педагогического совета
07.09.2022 № 1

Утверждено

Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Росиночка»

Милосердова Н.А.

Приказ от _____ 2022 № ____ -о.д

Программа
по дополнительному образованию дошкольников
«Обучение хореографии»

(направленность: художественно-эстетическая)

Возрастная группа детей: **от 6 до 7 лет**

Год составления программы: **2022**

Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Полюшко М. В.

Тамбов, 2022 г

Содержание.

| | |
|--|-------|
| 1.Целевой раздел..... | |
| 1.1.Пояснительная записка..... | |
| 1.2.Цель и задачи..... | |
| 1.3.Принципы и подходы в организации образовательного процесса..... | |
| 1.4.Возрастные и индивидуальные особенности детей..... | |
| 1.5.Планируемые результаты..... | |
| 2.Содержательный раздел..... | |
| 2.1. Режим реализации программы..... | |
| 2.2.Учебный план..... | |
| 2.3.Формы, методы и приемы реализации программы..... | |
| 2.4. Содержание работы с детьми | |
| 3.Организационный раздел..... | |
| 3.1.Условия реализации программы..... | |
| 3.2.Материально-техническое оснащение образовательного процесса..... | |
| 3.3.Список литературы..... | |

1.Целевой раздел.

1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребенка.

Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность ребенка. В период от трех до семи лет малыш растет и интенсивно развивается, движение и музыка становятся его потребностью. В настоящее время существует много ритмопластичных направлений, и одно из наиболее доступных и эмоциональных – это танцевальная хореография. Доступность ее основывается на простых на простых общеразвивающих упражнениях, а эффективность - в разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы. Поэтому ритмические плюс танцевальные занятия – это основа нашей программы.

1.2. Цель программы:

Научить передавать характер музыки через пластику движений.

Задачи:

Образовательные:

-Формирование необходимых двигательных навыков и умения чувствовать и ощущать ритм;

-Обучение определённым приёмам, связкам движений в танцах;

-Ознакомление учащихся с популярными современными и народными танцами;

Развивающие:

-Развитие чувства ритма, мелодического и гармонического слуха, эмоциональности и образности восприятия музыки;

-Развитие самоконтроля, коммуникабельности.

Воспитательные:

-Воспитание целеустремлённой и конкурентно способной личности;

-Воспитание культуры поведения и общения.

1.3.Принципы и подходы в организации образовательного процесса

На танцевальных занятиях дети учатся не просто слышать музыку, ритмично двигаться и выполнять определенные движения. Но и укрепляют мышцы, учатся творчески мыслить, анализировать свои действия, запоминать последовательность движений, фантазировать и выражать свои эмоции через танец.

Принципы образовательного процесса :

1.Систематичность

Занятия хореографией должны быть регулярными. Важно постепенно повышать сложность и продолжительность танцевальных движений. Например, ребенок сразу не запомнит весь танец. Сначала изучение отдельных движений и постепенное соединение их в общую композицию.

2.Последовательность.

Каждый хореографический урок должен иметь определенную структуру. Сначала проводится разминка и разогреваются мышцы. Затем повторение выученных движений, и только после этого изучение новых танцев.

3.Доступность.

Оценка уровня подготовки детей и уточнение задач возрастных групп.

Проводите обучение в игровой форме. Например, дети не просто прыгают, а прыгают как зайчики.

4.Разнообразие.

Все движения должны быть интересными и отличаться друг от друга. Начинаем обучение хореографии с упражнений, которые имитируют движения животных или используются в детских играх. Они развивают образное мышление, фантазию, учат координировать свои действия, развивают ловкость и пластичность.

1.4.Возрастные и индивидуальные особенности детей.

Дети 6-7 лет физически крепнут, становятся более крепкими, подвижными, их внимание становится более устойчивым. Они имеют определенный круг

представлений об окружающей действительности, что способствует самостоятельности мышления, обогащению образного мира. Уровень двигательной деятельности продолжает развиваться. Движения приобретают более очерченный характер. Дети лучше координируют, способны соединять движения в определенный последовательный ряд. Откликаются на разнохарактерные образы в музыке и движении, хорошо чувствуют смену темпа, настроения, но передача ритмического рисунка у них еще вызывает затруднение.

1.5. Планируемые результаты:

- уметь точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- уметь различать динамические изменения в музыке; создавать музыкально-двигательный образ;
- научиться внимательно, слушать музыку.

2.Содержательный раздел.

2.1.Режим реализации программы.

Программа разработана с учетом возрастных особенностей детей,посещающих «Хореографию» и рассчитана на возрастную категорию от 6 до 7 лет.

Возраст: средняя группа 6-7 лет

Система занятий: 2 раза в неделя по 30 минут.

Срок реализации программы -1год.

2.2.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| | Тема | Количество часов. | | |
|----|---|-------------------|-----------|----------|
| | | Всего | Теоретич. | Практич. |
| 1 | Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Основные шаги. | 6 | 1 | 5 |
| 3 | Позиции рук и ног | 4 | 1 | 3 |
| 4 | Разучивание танцевальных шагов и прыжков. | 4 | 2 | 2 |
| 5 | Танцевальные этюды. | 2 | - | 2 |
| 6 | Основы эстрадного танца | 4 | - | 4 |
| 7 | Танец «Ритм». | 10 | 1 | 9 |
| 8 | Танцевальные этюды. | 8 | 1 | 7 |
| 9 | Танец «Солнышко» | 4 | 1 | 3 |
| 10 | Танец «Музыкальный» | 8 | - | 8 |

| | | | | |
|----|------------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| 11 | Основы народного танца | 8 | - | 8 |
| 12 | Основы бального танца. | 4 | 1 | 3 |
| 13 | Повторение. | 4 | 1 | 3 |
| 11 | Итоговое занятие.Отработка номера. | 4 | - | 4 |
| | Итого | 72 | 10 | 62 |

Календарно-тематический план

СЕНТЯБРЬ

| Тема занятия | Цели и задачи |
|-------------------------------------|--|
| 1-2. Вводное занятие.Поклон. | Знакомство с учениками.Техника выполнения поклона. |
| 3-4. Основные позиции ног и рук. | Развитие памяти ,изучение позиций. |
| 5-6. Игротанцы. | Способствовать развитию координации движений, подвижности нервных процессов, внимания, памяти. |
| 7-8. Игротанцы. | Способствовать умению ориентироваться, перестраиваться. |

ОКТАБРЬ

| Тема | Цели и задачи |
|-----------------------|--|
| Игровая гимнастика | Познакомиться с детьми, разучить поклон. Освоить упражнения на различные группы мышц, связок, координации движений. Развитие танцевальности, ритмичности, музыкальной и танцевальной памяти. |
| Креативные упражнения | Развивать творческие, импровизационные способности, умение определять характер музыки, ее образ. Развитие творческих возможностей, способности проявить фантазию, инициативу. |

| | |
|--|--|
| Сюжетно – образные движения, игровое творчество. | Развивать творческие способности детей, формировать эстетический вкус, учить создавать игровой образ. |
| Пополнение хореографических знаний | Выучить с детьми 1 и 6 позиции ног. 1 и подготовительную позицию рук. Объяснить и показать детям в игровой форме правильное положение выученных позиций. |

НОЯБРЬ

| Тема | Цели и задачи |
|---|--|
| Основные пространственные построения и передвижения | Дать понятие о рисунках танца. Учить ориентироваться в пространстве, легко перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой. |
| Строение музыкального произведения | Познакомить детей со строением музыкального произведения. Дать понятие о вступлении, частях, музыкальной фразе. Учить менять движения со сменой музыкальной фразы. |
| Характер музыки | Дать понятие о ритме музыки. Учить внимательно слушать ритм музыки. Запоминать его, уметь воспроизвести в движении. |
| Музыкальный образ | Создать благоприятные возможности для развития выдумки, творческой инициативы мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности у детей. |

ДЕКАБРЬ

| Тема | Цели и задачи |
|------|---------------|
|------|---------------|

| | |
|------------------------------------|---|
| Музыкальный образ | Создать благоприятные возможности для развития выдумки, творческой инициативы мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности у детей. |
| Танцевально ритмические упражнения | Пополнить запас танцевальных движений. Улучшить качество исполнения движений, их музыкальность и выразительность. Освоить танцевальные движения к танцу. Развивать музыкальность, четкость и выразительность исполнения движений. |
| Танцевально ритмические упражнения | Освоить танцевальные движения к танцу. Развивать музыкальность, четкость и выразительность исполнения движений. Освоить композицию танца, способность танцевать в паре. Осмыслить ведущую роль партнера в паре. |
| Танцы | Учить детей двигаться музыкально, ритмично, слаженно в паре, в образе и характере музыки. |

ЯНВАРЬ

| Тема | Цели и задачи |
|------------------------------------|--|
| Музыкальный образ | Создать благоприятные возможности для развития выдумки, творческой инициативы мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности у детей. Учить создавать музыкально двигательный образ. Развивать фантазию и творческие способности. |
| Танцевально ритмические упражнения | Пополнить запас танцевальных движений. Улучшить качество исполнения движений, их музыкальность и выразительность. Научить детей самостоятельно без помощи преподавателя выполнять танцевальные движения под музыку. |

| | |
|---|---|
| Импровизация | Дать понятие об импровизации. Учить слушать музыку, характеризовать ее, пользуясь музыкальной терминологией. Учить импровизировать под музыку, различать средство музыкальной выразительности, учить импровизировать под музыку, используя известные движения, жесты и позы. |
| Сюжетно образные движения, и игровое творчество. Танцы. | Развивать творческие способности детей, формировать эстетический вкус, учить создавать игровой образ. Освоить композицию танца. Учить создавать хореографический образ в соответствии с характером и образом музыки. Освоение композиции танца. Учить детей двигаться музыкально, ритмично, слаженно в паре, в образе и характере музыки. |

ФЕВРАЛЬ

| Тема | Цели и задачи |
|---|---|
| Основные пространственные построения и передвижения | Учить двигаться по рисунку танца, быстро и просто выполнять перестроение из рисунка в рисунок. Развитие координации и умения двигаться в пространстве без помощи преподавателя. Научить координировать движения рук и ног в танцевальных композициях. |
| Креативные упражнения. Танцы. | Развитие творческих возможностей, способности проявить фантазию, инициативу. Дети должны двигаться в соответствии с характером музыки и изображая различных зверей, птиц, и т. д. Освоение композиции танца. Работа над музыкальностью и четкостью исполнения движения. |
| Музыкально подвижные игры. | Развитие ловкости, быстроты реакции, координации движений. Закрепить понятие ритма в музыке и движении. Учить менять движения со сменой ритма музыки. Учить создавать музыкально – двигательный образ. |

| | |
|---|---|
| Комплексы упражнений и разучивание танцевальных позиций. Ритм в музыке. | Закрепить и повторить выученные позиции рук и ног. Выучить 3 позицию ног, 2 и 3 позицию рук. . Закрепить понятие ритма в музыке и движении. Учить менять движения со сменой ритма музыки. |
|---|---|

МАРТ

| Тема | Цели и задачи |
|---|--|
| Темп в музыки | Знакомить с выразительным значением темпа музыки. Учить выполнять движения разных темпах. Развить способности воспринимать музыку, т. е. чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание. |
| Танцы. Этюды. | Учить выполнять движения танца в характере и образе музыки. Освоить композицию танца. Учить четко и музыкально исполнять движения танца. Освоить манеру русского танца, работать над техникой и выразительным исполнением. |
| Развитие двигательных качеств и умений. | Развитие ловкость, точность, координации движений, гибкость, пластичность, внимание, волю, память, мышление. Воспитание выносливости, развитие силы, формирование правильной осанки, красивой походки. Формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку. |
| Характер музыки. | Дать понятие о ритме музыки. Учить внимательно слушать ритм музыки, запоминать его, уметь воспроизвести в движении. Учить определять характер музыки, учить двигаться в характере музыки. Развитие музыкально – ритмических навыков . Учить четко и слаженно исполнять движения в паре. |

АПРЕЛЬ

| Тема | Цели и задачи |
|----------------------------|--|
| Импровизация | Учить слушать музыку, характеризовать ее, пользуясь музыкальной терминологией. Учить импровизировать под музыку, различать средство музыкальной выразительности, учить импровизировать под музыку, используя известные движения, жесты и позы. |
| Танцы. | Освоение композиции танца. Закрепляем навык партнерства в танце. Развитие танцевальности и координации. Разучить элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации. |
| Игровая гимнастика. | Создание образа. Релаксация, расслабление, отдых. Закрепить понятие о собирании и расслаблении мышц, проверить усвоенный материал на практике. Провести упражнения на развитие подвижности стопы. Развить умение сочинять несложные плясовые движения и их комбинации. |
| Музыкально подвижные игры. | Развитие ловкости, быстроты реакции, координации движений. Воспитать чувство самостраховки, товарищества, взаимопомощи, умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам другим людям и учить создавать образ с использованием полученных навыков. Развивать воображение, творческую фантазию. |

МАЙ

| Тема | Цели и задачи |
|--------|---|
| Танцы. | Освоить композицию танца. Учиться танцевать, четко и музыкально исполняя движение. Работать над пластикой движений рук и ног корпуса. Освоить композицию танца. Отработать элементы танца. Учиться танцевать синхронно, координируя свои движения с музыкой и другими |

| | |
|--|---|
| | исполнителями. |
| Сюжетно образные движения, игровое творчество. | Развитие творческих способностей, создание образа. Закрепить навык работу с подражательными движениями. |
| Импровизация. | Подведение итогов импровизации. Выбор и показ лучших импровизационных этюдов. Учимся создавать музыкально – двигательный образ. Стараемся услышать и передать в движении ярко выраженные музыкальные акценты. Развитие танцевальности, координации, свободы движений, способности к импровизации. |
| Контрольный урок: игровая гимнастика, импровизация, танцы, этюды, музыкально-подвижные игры. | Провести урок – концерт. Подведение итогов за год обучения. Показ лучших импровизационных этюдов, танцев перед приглашенными гостями. |

2.3. Формы, методы и приемы реализации программы:

1.Подготовительная часть (разминка). 2.Основная часть (разучивание нового материала). 3.Заключительная часть (закрепление изученного материала).

Методы, используемые при проведении занятий:

1. Словесный метод используется при беседе, рассказе, при анализе музыкального произведения.
2. Наглядный метод используется при показе фотографий, видеоматериалов.
3. Практический – это упражнения, тренинг, репетиции.

Приемы реализации: объяснение, рассказ, личный показ педагога, наглядная демонстрация формируемых навыков, выполнение движений.

2.4. Содержание работы с детьми:

1. Введение. Понятие об основных танцевальных движениях.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

2. Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног.

Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы, шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотом на $\frac{1}{4}$ круга.

3. Основы бального танца.

Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрешки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепления мышц рук, ног, спины и шеи. Танцевальный шаг, позиции ног и рук при выполнении основного хода. Постановка корпуса. Осанка в танце.

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец.

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя. Техника прыжков и вращений. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.

5. Основы народного танца. Позиции ног. Упражнения для ног. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы.

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для народного танца.

6. Постановка танцев. Отработка номеров.

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики.

Отработка исполнительской техники прыжков и вращений.

Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

3. Организационный раздел.

3.1. Условия реализации программы

наличие: - репетиционного зала; - музыкального инструмента, - небольшой комнаты для хранения сценических костюмов и аксессуаров; - репетиционная одежда (балетное трико, балетки, купальник, юбочка для девочек, шорты, футболка, носки, балетки для мальчиков). - гимнастические коврики для занятий на полу.

3.2. Материально-техническое оснащение образовательного процесса

1. Светлый, просторный класс

2. Спортивная форма и обувь

3. Музыкальный центр

4. Компьютер

5. Музыкальные композиции на флешке.

3.3. Список литературы:

Бекина С.И. Музыка и движение. М.: «Просвещение»-1999.

Лисицкая Т. Н. Гимнастика и танец. М.: «Просвещение»-1999.

Луговская Т. Ритмические упражнения, игры и пляски. М.: «Композитор»- 1996.

Мошкова Е. И. Ритмика и танцы. М.: «Просвещение»-1999.

Раевская Т.Е. Музыкально-двигательные упражнения. М.: «Просвещение»-2006.

Хореографическое искусство: методика и практика (научно-методический сборник) г. Новосибирск, 2003 год.

7. Галиченко И. Г. Детский сад «Танцуем и играем» /И. Г. Галиченко . – Л., 2007.

8. Немова Г. В., Детский сад «Танцы для дошкольников» /А. Н. Малышева.

