

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
« Детский сад №3 «Колобок»

ПРИНЯТО:  
На заседании педагогического совета  
МАДОУ детский сад №3 «Колобок»  
г Улан-Удэ  
Протокол № 1 от 31.08.2023

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ «Детский сад  
№3 «Колобок»  
Зарубина Т.Л.  
« 9 » 08 2023г.



Дополнительная общеразвивающая программа  
хореографического кружка для одаренных детей  
(для детей 4-7 лет)  
На 2023-2024 уч. год  
срок реализации - 1 год

руководитель:  
Гомбоева Анастасия Александровна

## СОДЕРЖАНИЕ:

<b>I. Целевой раздел</b>	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Цели и задачи и актуальность реализации программы.....	4
1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы в виде целевых ориентиров.....	8
<b>II. Содержательный раздел</b> .....	9
2.1. Календарно-тематическое планирование.....	9
2.2. Общие методические рекомендации по ведению занятий ..	19
2.3. Методика обследования уровня развития умений и навыков детей.....	20
2.4. Требования к уровню подготовки воспитанников.....	20
<b>III. Организационный раздел</b> .....	21
3.1. Учебный план.....	21
3.2. Расписание кружка.....	21
3.3. Материально-техническое обеспечение.....	22
3.4. Методическое обеспечение.....	22
<b>Список использованной литературы</b> .....	25

## Пояснительная записка

Художественно-эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса ДООУ и важной задачей эстетического воспитания является формирование у детей эстетических интересов, потребностей, вкуса и творческих способностей. Богатейшим полем для эстетического развития детей, их творческих способностей является обучение детей различным танцам. Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Через движение, пластику дети учатся передавать свои чувства, эмоции, отношение к окружающему их миру. Происходит знакомство с традициями народа, его культурой, а так же историей других стран и их обычаями.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии. Раздел « Ритмические движения » - это лишь часть программы музыкального воспитания, поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 4-7 лет.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию учебной деятельности в ДООУ, возрастных особенностей детей.

Учебная программа реализуется посредством основной общеобразовательной программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» /под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой/, технологией по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, дополнительной парциальной программой по хореографии для детей дошкольного возраста «Прекрасный мир танца» О.Н. Калининой.

Программа разработана в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г №1155 ) Также с следующими нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией модернизации российского образования;
- Концепцией дошкольного воспитания;
- СанПиН 2.4.1.3049-13 ;
- НРК ГОСа и получением социального заказа на качественное дошкольное образование.

**Цель программы** – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства, воспитывать любовь и интерес к историко-бытовому, народному и современному танцу. Формировать пластику, культуру движений, их выразительность. Способствовать развитию творческих проявлений.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные:**

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

##### **Воспитательные:**

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

##### **Развивающие:**

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

##### **Оздоровительные:**

- укрепление здоровья детей.

Программа рассчитана на один год обучения и рекомендуется для занятий детей с 4 до 7 лет. Рабочая программа танцевального кружка предлагает проведение занятий 2 раза в неделю. Исходя из календарного года (с 1 сентября по 31 мая) .

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы хореографического кружка после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

#### **Воспитанник будет знать:**

- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- знать позиции ног.

#### **Воспитанник будет уметь:**

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

Итоговое занятие проводится в форме отчетного концерта хореографического кружка в конце учебного года.

## **Учебно- тематический план на год средняя группа**

### **Содержание программы**

#### **Сентябрь**

##### **Занятие**

Вводное занятие. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.

##### **Занятие**

1. Разминка. 2. Дыхательная гимнастика «Ладочки». 3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова. 5. Игровой самомассаж, релаксация.

##### **Занятие**

1. Разминка. 2. Дыхательная гимнастика «Ладочки». 3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова. 5.

Музыкальная игра «Зайка-зайка» С.Насауленко.

6. Игровой самомассаж, релаксация.

##### **Занятие**

1. Разминка. 2. Дыхательная гимнастика «Ладочки». 3. Игровой стретчинг

«Качалочка», «Лодочка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова. 5.

Музыкальная игра «Зайка-зайка» С.Насауленко.

6. Игровой самомассаж, релаксация.

## **Октябрь**

Занятие

1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках). 2. Дыхательная гимнастика «Погончики». 3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».

Занятие

1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках) 2. Дыхательная гимнастика «Погончики» 3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел.

Занятие

1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках). 2. Дыхательная гимнастика «Погончики». 3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел. 5. Музыкальная игра «Курочки и петушок» С.Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие

1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках). 2. Дыхательная гимнастика «Погончики». 3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел. 5. Музыкальная игра «Курочки и петушок» С.Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

## **Ноябрь**

Занятие

1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Насос». 3. Игровой стретчинг «Колобок», «Паровозик».

Занятие

1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Насос». 3. Игровой стретчинг «Колобок»«Паровозик» 4. Музыкально-ритмическая композиция «Чунга-Чанга» В. Шаинского.

Занятие

1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Насос». 3. Игровой стретчинг «Колобок»«Паровозик» 4. Музыкально-ритмическая композиция «Чунга-Чанга» В. Шаинского. 5. Музыкальная игра «Обезьянки и тигр» С.Насауленко 6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие

1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Насос». 3. Игровой стретчинг «Колобок»,«Паровозик». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Чунга-Чанга» В. Шаинского.

5. Музыкальная игра «Обезьянки и тигр» С.Насауленко 6. Игровой самомассаж, релаксация.

## **Декабрь**

Занятие

1. Разминка. 2. Дыхательная гимнастика. 3. Партерная гимнастика. 4. Исполнение музыкально-ритмических композиций по желанию детей.

Занятие

Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Занятие

Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Занятие

Итоговое контрольное занятие.

## **Январь**

Занятие

1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Погреемся». 3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель». 4. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие

1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Погреемся». 3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки» Д. Кабалевского. 5. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие

1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Погреемся». 3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки» Д. Кабалевского .5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие

1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Погреемся». 3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки» Д. Кабалевского . 5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Кошка». 3. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Б. Савельева. 4. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие

1.Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Кошка». 3. Игровой стретчинг «Коробочка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя» 5. Игровой самомассаж, релаксация.

## Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Кошка». 3. Игровой стретчинг «Коробочка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Б. Савельева. 5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

## Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Кошка». 3. Игровой стретчинг «Коробочка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Б. Савельева. 5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

## Март

### Занятие.

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи». 3. Игровой стретчинг «Корзиночка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару» М. Спадавеккиа.

### Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи». 3. Игровой стретчинг «Корзиночка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару» М. Спадавеккиа. 5. Музыкальная игра «Аист и лягушки» С. Насауленко.

### Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи». 3. Игровой стретчинг «Корзиночка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару» М. Спадавеккиа. 5. Музыкальная игра «Аист и лягушки» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

### Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи». 3. Игровой стретчинг «Корзиночка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару» М. Спадавеккиа. 5. Музыкальная игра «Аист и лягушки» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

## Апрель

### Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Ушки». 3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.

### Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Ушки». 3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.

### Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Ушки». 3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова. 5.



Музыкальная игра «Барашки и волк» С. Насауленко.6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки).2. Дыхательная гимнастика «Ушки».3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».4.

Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.5.

Музыкальная игра «Барашки и волк» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

Май

Занятие Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Занятие Итоговое контрольное занятие.

## **Учебно - тематический план на год СТАРШАЯ ГРУППА**

### **Содержание программы**

#### **Сентябрь**

Занятие Вводное занятие. Тема «Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года».

Занятие Тема «Культура поведения на занятиях хореографии»:

- познакомить детей с правилами и манерой поведения;
- с формой одежды и прической;
- с отношениями между мальчиками и девочками.

«Танец с осенними листьями и зонтиками» М. Ленгрana.

Занятие

Упражнения на ориентировку в пространстве: положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.

Положения и движения ног: позиции ног (выворотные); releve по 1,2,3 позициям.

«Танец с осенними листьями и зонтиками» М. Ленгрana.

Занятие

Упражнения на ориентировку в пространстве: квадрат.

Положения и движения ног: sotte по 1,2,6, sotte в повороте (по точкам зала).

«Танец с осенними листьями и зонтиками» М. Ленгрana.

#### **Октябрь**

Занятие Тема 3. «Культура поведения в театре».

- Познакомить детей с культурой и правилами поведения при посещении театров.

Положения и движения ног: demi – plie по 1,2,3 позициям; сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы, шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад.

Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги.

Занятие

Упражнения на ориентировку в пространстве: свободное размещение по залу, пары, тройки.

Положения и движения ног: шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах; demi-plié с одновременной работой рук.

Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги.

Занятие

Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.

Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги.

Занятие

Итоговое занятие «Путешествие в осенний лес»

## **Ноябрь**

Занятие Тема «Танцевальное искусство».

- Познакомить детей с понятиями «танцевальное искусство», «хореографический образ», «пластика», «жест», «выразительность».

Занятие

Положения и движения рук: положение рук на поясе – кулачком; смена ладошки на кулачок.

Движения ног: шаг с каблука в народном характере; простой шаг с притопом.

Занятие

Положения и движения рук: переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).

«Танец Солдатиков и Куколок»

Занятие

Движения ног: простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию). «Танец Солдатиков и Куколок».

## **Декабрь**

Занятие Тема «Виды хореографии».

- Познакомить детей с видами хореографии: классический, народный, балетный, историко-бытовой и современные танцы.

Движения ног: battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plié; притоп простой, двойной, тройной.

Занятие

Положения и движения рук: «приглашение».

Движения ног: простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; хлопки в ладоши – двойные, тройные;

руки перед грудью – «полочка».

«Танец Солдатиков и Куколок»

Занятие

Положения рук в паре:

«лодочка» (поворот под руку).

Движения ног:

Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).

«Танец Солдатики и Кукол»

Занятие

Итоговое занятие «Новогодняя сказка».

**Январь**

Занятие. Тема «Сюжетный танец».

Положение рук в паре: «под ручки» (лицом друг к другу).

Движения ног: простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками. Упражнения на ориентировку в пространстве : колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.

Занятие

Положения рук в паре:

сзади за талию (по парам, тройкам).

Движения ног:

танцевальный шаг по парам, тройкам ( с положением рук сзади за талию).

Упражнения на ориентировку в пространстве: диагональ.

Танец «Птичка польку танцевала» А. Рыбникова.

Занятие

Упражнения на ориентировку в пространстве: «змея»; «ручеек».

Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.

Танец «Птичка польку танцевала» А. Рыбникова.

Занятие

Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.

Движения ног: прыжки с поджатыми ногами.

Танец «Птичка польку танцевала» А. Рыбникова.

**Февраль**

Занятие Тема «Народный танец».

- Познакомить детей с костюмами музыкой и культурными особенностями русского народа.

Движения ног: «шаркающий шаг», «елочка»; (мальчики)

подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).

Занятие

Движения ног: «гармошка»; (девочки)

простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).

Движения ног: «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; (девочки) маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью

«полочка». Танцевальная композиция «Калинка».

Занятие

Движения ног: поклон на месте с руками;

поклон с продвижением вперед и отходом назад; (мальчики) подскоки на

двух ногах (1 прямая, свободная позиция);  
(девочки) бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».

Танцевальная композиция «Калинка».

Занятие

Упражнения на ориентировку в пространстве: «звездочка» «корзиночка».

Танцевальная композиция «Калинка».

### **Март**

Занятие Тема «Бальный танец».

- Познакомить детей с понятием «бальный танец» - вальс, полька.

Занятие Тема « В гости к весне». Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.

Занятие

Постановка корпуса, головы, рук и ног.

Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

Занятие Движения ног: шаги: бытовой и танцевальный; поклон, реверанс.

Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

### **Апрель**

Занятие Тема «Историко-бытовой танец».

- Познакомить детей с понятием историко-бытовой танец»: менуэт, полонез.

Движения ног:

«боковой галоп» простой (по кругу). «боковой галоп» с притопом (по линиям). Занятие 30.

Движения ног: «пике» (одинарный) в прыжке.

Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

Занятие

Положения рук в паре:

основная позиция.

Движения ног: легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед.

Движения в паре: (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика. Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

Занятие

Движения в паре: «боковой галоп» вправо, влево; легкое покачивание лицом друг к другу; поворот по парам.

Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

### **Май**

Занятие Тема «Танцевальный Воскресенск».

- Рассказать детям о танцевальных коллективах города.

Движения ног: боковой подъемный шаг.

Положения рук в паре: «корзиночка».

Занятие Подготовка к итоговому занятию.

Занятие Итоговое занятие «День города»

**Учебно - тематический план на год  
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА**

**Содержание программы**

**Сентябрь**

Занятие Вводное занятие. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.

Занятие Тема «Бальный танец»

- Рассказать о современных бальных танцах – румба, танго, фокстрот, квик-степ, ча-ча-ча, самба.

Танец «Вальс» Е. Доги.

Занятие

Движения рук: port de bras.

Движения ног: releve; demi – plie.

Танец «Вальс» Е. Доги.

Занятие

Движения ног:

Вальс: pas вальса (по одному, по парам); par balance (на месте, с продвижением вперед, назад).

Танец «Вальс» Е. Доги.

**Октябрь**

Занятие Тема «Классический танец».

- Познакомить детей с понятием «классический танец». –Раскрыть содержание термина «балет», показать фото и видеоматериалы из балетного спектакля. Движения ног: battement tendu, passé.

Музыкально-ритмическая композиция под музыку Вивальди» С. Никитин.

Занятие

Движения рук: port de bras.

Движения ног: releve.

Музыкально-ритмическая композиция под музыку Вивальди» С. Никитин.

Занятие

Движения ног:

demi-plie.

Движение рук: port de bras.

Музыкально-ритмическая композиция под музыку Вивальди» С. Никитин.

Занятие . Итоговое занятие «Золотая осень».

**Ноябрь**

Занятие Тема «Историко-бытовой танец»

- Рассказать о разнообразии историко-бытовых танцев: гавот, мазурка.

Занятие

Движение ног: pas eleve.

Движение рук: port de bras.

«Танец Придворных» Л. Боккерини.

Занятие

Движение ног: pas degage.

Движение рук: port de bras.

«Танец Придворных» Л. Боккерини.

Занятие

Движение ног: pas balance.

Движение рук: port de bras.

«Танец Придворных» Л. Боккерини.

Декабрь

Занятие Тема «Современный танец».

- Познакомить детей с различными направлениями в современной хореографии: хип-хоп, брейк, диско, рок-н-ролл, фристайл. «Новогодний карнавал» Ассоль.

Занятие «Новогодний карнавал» Ассоль.

Занятие «Новогодний карнавал» Ассоль.

Занятие Итоговое занятие «Новогодний карнавал».

**Январь**

Занятие Тема «Танцы народов мира».

- Познакомить детей с особенностями национальных культур.

Занятие

Движения ног: поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте и с отходом назад, «веревочка».

Занятие

Движения ног:

прыжок с поджатыми;

(мальчики): присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком).

Движения в паре:

соскок на две ноги лицом друг другу.

«Кадриль» В. Теплов.

Занятие

Движения ног:

пружинящий шаг под ручку по кругу;

(мальчики):

присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу.

«Кадриль» В. Теплов.

**Февраль**

Занятие Тема «Русский народный танец».

- Рассказать о разнообразии характерных образов в русских народных танцах.

Занятие

Упражнения на ориентировку в пространстве: «карусель»,

«воротца». «Кадриль» В. Теплов.

Занятие

Движения ног:

(мальчики): одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне

голени с продвижением вперед и назад.

Движения ног:

(девочки): вращение на полупальцах;

(мальчики): «гусиный шаг».

Занятие

Движения ног: кадильный шаг с каблука, «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук).

«Кадриль» В. Теплов.

### **Март**

Занятие Тема «Испанский танец»

- Рассказать детям об особенностях испанской культуры, характере и манере исполнения народных танцев.

- Показать фотоматериалы костюмов и видеоматериал с испанским народным танцем.

Занятие Разучивание элементов испанского танца.

Занятие Разучивание элементов испанского танца.

Занятие Разучивание элементов испанского танца.

### **Апрель**

Занятие Тема «Цыганский танец».

- Рассказать детям об особенностях цыганской культуры, характере и манере исполнения народных танцев.

Занятие Разучивание элементов цыганского танца.

Занятие Разучивание элементов цыганского танца.

Занятие Итоговое занятие «Весна стучится в окна»

### **Май**

Занятие Тема «Путешествие по странам».

Занятие Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Занятие Подготовка к итоговому занятию.

Занятие Праздник «Выпуск детей в школу».

## **Общие методические рекомендации**

<u>Младшая и средняя группы</u>	Тексты понятны и доступны для инсценирования, удобны для активного подпевания. (последняя строчка повторяется несколько раз или с последней строчки начинается следующий куплет. В этом возрасте танцам, как таковым, не учат. Главное: научить реагировать на плясовую музыку, используя знакомые элементы, делать это с желанием, по возможности самостоятельно. Разучивание плясовых элементов и хороводных перестроений проводится по показу взрослых. Следует обращать внимание детей на то, чтобы во время свободных игр они использовали народные песни и считалки. Привлекать детей к манипулированию с куклой «Петрушкой».
<u>Старшая группа</u>	Песни не просто инсценируются, а предлагаются для

	<p>импровизации. Детей просят быть в роли «учителей», вводится новый жанр закличка. Каждое занятие начинается с разминки (упражнения на дыхание, звукоподражание, интонационные).</p> <p>Пляски с зафиксированными движениями разучиваются, хороводы выполняются по команде. Поощрение приплясывания во время исполнения веселых песен, время от времени предлагая солирование.</p> <p>При разучивании бальных танцев передавать в движении манерность, изящество, характерные историко-бытовому танцу XVIIв. , современных танцев – сохранять правильную осанку. Выполнять движения согласованно с музыкой.</p> <p>Менуэт:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основной шаг – выставление ноги на носок, подъем на полупальцы и опускание;</li> <li>2. То же с другой ноги;</li> <li>3. Реверанс;</li> <li>4. Кружение вокруг себя.</li> </ol> <p>Полька:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Боковой галоп с тремя притопами;</li> <li>2. Выставление ноги на пятку и носок;</li> <li>3. Боковой галоп с тремя притопами;</li> <li>4. Выставление ноги на пятку и носок;</li> </ol> <p>Кадриль:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Шаги с поворотом на 180 гр. (4 раза)</li> <li>2. Обход партнера;</li> <li>3. Припадание;</li> <li>4. Перемена партнера.</li> </ol> <p>Танец с предметами:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Шаги в сторону;</li> <li>2. Повороты со сменой партнера;</li> <li>3. Выбрасывание ног в прыжке;</li> <li>4. Перестановка по звеньям;</li> <li>5. Работа с предметом.</li> </ol>
<p><u>Подготовительная к школе группа</u></p>	<p>Режиссура песен усложняется, появляются характерные роли: лирическая, задорная, комично-шутливая. Предоставляется больше возможности самостоятельно искать решения в инсценировании песен. Поощрять использование плясок, песен, закличек в различных игровых ситуациях и в совместной деятельности.</p> <p>При разучивании бальных танцев передавать в движении манерность, изящество, характерные историко-бытовому танцу XVIIв. , современных танцев – сохранять правильную осанку. Выполнять движения согласованно с музыкой.</p> <p>Менуэт:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основной шаг – выставление ноги на носок, подъем на полупальцы и опускание;</li> <li>2. То же с другой ноги;</li> <li>3. Реверанс;</li> <li>4. Кружение вокруг себя.</li> </ol>



	<p>Полька:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Боковой галоп с тремя притопами;</li> <li>2. Выставление ноги на пятку и носок;</li> <li>3. Боковой галоп с тремя притопами;</li> <li>4. Выставление ноги на пятку и носок;</li> <li>5. Хлопок в ладоши;</li> <li>6. Кружение в парах.</li> </ol> <p>Кадриль:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Шаги с поворотом на 180 гр. (4 раза)</li> <li>2. Обход партнера;</li> <li>3. Припадание;</li> <li>4. Перемена партнера.</li> </ol> <p>Танец с предметами:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Шаги в сторону;</li> <li>2. Повороты со сменой партнера;</li> <li>3. Выбрасывание ног в прыжке;</li> <li>4. Перестановка по звеньям;</li> <li>5. Работа с предметом.</li> </ol> <p>Медленный вальс:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основной шаг – 2 раза;</li> <li>2. Малый квадрат – 2 раза.</li> </ol> <p>Гавот:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основной шаг с поворотом – 4 раза;</li> <li>2. Шаги по линии танца. По окончании фигуры вернуться лицом друг к другу;</li> <li>3. Шаги навстречу друг другу и друг от друга;</li> <li>4. Одновременный поворот разные стороны вокруг себя;</li> <li>5. Реверанс.</li> </ol>
--	--

### **Методика обследования уровня музыкально-двигательного развития ребенка**

Координация, ловкость движений – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

Гибкость тела – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед). Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.

3см и меньше – низкий уровень (1 балл).

4-7см – средний уровень (2 балла)

8-11см – высокий уровень (3 балла).

Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

Упражнение «Кто из лесу вышел?»

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

Упражнение «Заведи мотор».

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

Упражнение «Страусы».

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку

«прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).  
3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)  
2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.  
1 балл – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

Развитие чувства ритма.

Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно используя короткие отрывочные высказывания.

Упражнения с ладошками.

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).
2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).
3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.
4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

## **Требования к уровню развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.**

**Первый уровень (высокий 15-18 баллов)** предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

**Второй уровень (средний 10-14 баллов).** Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

**Третьему уровню (низкому 6-9 баллов)** соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

### **Показатели уровня развития детей:**

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

### Учебный план:

Длительность проведения одного занятия:

в средней группе – 20 минут (академический час 40 минут),

в старшей группе – 25 минут, (академический час 50 минут)

в подготовительной к школе группе – 25 минут. (академический час 50 минут)

№	Название раздела, темы	Количество часов						Формы промежуточной аттестации и контроля			
		Всего			Теория				Практика		
		Ср	ст	под	Ср	ст	под	Ср	ст	под	
1	Вводное занятие Техника безопасности.	2	2	2	2	2	2	-			Входной контроль. Наблюдение. Самоконтроль.
2	Развитие двигательных навыков	8	7	7	2	1	1	6	6	6	Текущий контроль. Практический контроль. Наблюдение
3	Классический экзерсис	10	10	10	2	2	2	8	8	8	Текущий контроль. Практический контроль. Наблюдение
4	Растяжки на все группы мышц	13	12	12	1	-	-	12	12	12	Текущий контроль. Практический контроль. Самоконтроль.
5	Упражнения на быстроту реакции, внимание, координацию, развитие воображения.	3	5	5	1	1	1	2	4	4	Текущий контроль. Самоконтроль. Практический контроль.
6	Танцы (постановка, репетиции, концерты)	48	50	50	8	4	4	40	46	46	Текущий контроль. Наблюдение. Итоговый контроль.
7	Отработка движений, работа над сольными номерами (индивидуальная работа)	60	58	58	18	16	16	42	42	42	Наблюдение. Практический контроль.
	Итого:	144	144	144	34	26	26	110	118	118	

### Расписание занятий хореографии на 2023-2024 учебный год

группа	Понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
средняя		16:15-16:55		16:15-16:55	
старшая	16:10-17:00		16:10-17:00		
подготовительная	15:15-16:05				16:00-16:50

Занятия включают в себя различные виды деятельности. Поэтому распределение количества занятий по тому или иному разделу определено по основному виду деятельности, используемому на занятии. Остальные виды деятельности являются частью или необходимым дополнением. В средней группе больше времени уделяется игре. Слушанию и разучиванию танцев и хороводов. В старшем дошкольном возрасте - слушанию народных мелодий и разучиванию хороводов, танцевальным композициям и сюжетным танцам. Результатом является участие в спектаклях и инсценировках.

#### Материально – техническое обеспечение:

1. Музыкальный зал с зеркалами.
2. Костюмы для театрализованных постановок, головные уборы и атрибуты для народных танцев.
3. Музыкальные шумовые инструменты: бубны, барабаны, трещетки, колокольчики.
- 4. Интернет ресурсы. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <http://school-collection.edu.ru/>
- Информационный портал Департамента образования Москвы. <http://www.mosedu.ru/tutor/methods/multimedia.php>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>
- <http://www.3dvideo.ru> – образовательные и обучающие видео–программы
- <http://www.mp3.ru> – Российский информационно – музыкальный Сервер
5. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр, фортепиано.

## Методическое обеспечение:

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией возможно при использовании педагогических принципов и методов обучения, которые предлагает С.Л. Слуцкая, а именно:

- **Принцип доступности и индивидуализации** предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребёнка и в связи с этим – определение посильных для него задач. *Доступность* означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путем физических и психических усилий занимающегося. Одним из основных условий доступности является преемственность и постепенность усложнения заданий. Практически это достигается правильным распределением материала на занятиях. В связи с этим следует отметить целесообразность использования подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков. *Индивидуализация* подразумевает учет индивидуальных особенностей ребёнка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений.

- **Принцип постепенного повышения требований** заключается в постановке перед ребёнком и выполнении им все более трудных и новых заданий, в постепенном увеличении объёма и интенсивности нагрузок.

- **Принцип систематичности** один из ведущих. Имеется в виду непрерывность и регулярность занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня.

- **Принцип сознательности и активности** предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для успешного достижения цели ребёнку необходимо ясно представлять, что и как необходимо выполнить и почему именно так, а не иначе.

- **Принцип повторяемости материала** обусловлен тем, что хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнения вносятся какие-то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, то эффективность таких занятий выше – они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

- **Принцип наглядности** в обучении хореографии понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребёнка с окружающей действительностью.

При разучивании новых движений наглядность – это безукоризненный показ движений педагогом. Но если в начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, то в заключительной части эта роль переходит к двигательному анализатору.

Кроме того, большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

Все вышеизложенные **принципы** отражают определённые стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются отдельно. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи.

Организация занятий с основами хореографии обеспечивается рядом **методических приёмов**:

- **Метод показа:**

Хореограф для каждого упражнения, игры, танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного музыкально-двигательного задания. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо также и потому, что в исполнении педагога движение предстаёт в законченном варианте.

- **Словесный метод:**

Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи тесно связанная с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой.

- **Музыкальное сопровождение как методический приём:**

Рассчитывать на то, что ребята сами научатся чувствовать музыку, вряд ли возможно. Хореограф своими пояснениями должен помочь воспитанникам приобрести умение согласовывать движения с музыкой.

- **Импровизационный метод:**

На занятиях хореографией необходимо постепенно подводить детей и к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка.

- **Метод иллюстративной наглядности:**

Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре, без знакомства с танцевальными коллективами, различными направлениями в хореографии.

- **Игровой метод:**

Крупнейший учёный–педагог, доктор медицины П.Ф. Лесгафт ещё в конце 19 вв. разработал теорию и методику подвижных игр. Подвижная игра определяется им как упражнение, при помощи которого ребёнок готовится к жизни. Использование игровых форм на занятиях хореографией облегчает процесс запоминания и освоения упражнений и придает им привлекательность в глазах детей.

- **Концентрический метод:**

Суть этого метода заключается в том, что хореограф по мере усвоения детьми определённых движений, танцевальных композиций вновь



возвращается к пройденному материалу, но уже предлагает всё более сложные упражнения и задания.

Конечно, не все дети в течение занятия одинаково активны и эмоциональны, но необходимо добиваться того, чтобы среди детей не было равнодушных и безучастных. Какой бы метод ни выбрал педагог, главное, чтобы ребёнок занимался с удовольствием, уходил с занятия счастливым и с нетерпением ждал новой встречи с музыкой и танцем.

### **Список литературы:**

Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности:

- а) Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
- б) Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
- в) Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
- г) Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
- д) Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
- е) Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
- ж) Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
- з) Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 98160421728937443086516107854325912870385464138

Владелец Зарубина Татьяна Леонидовна

Действителен с 25.10.2023 по 24.10.2024