

Министерство образования Кузбасса
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Кузбасский педагогический колледж»

Принята на заседании
методического совета
от «30» ноября 2023 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
директор ГАПОУ КузПК
Д.А. Алференко
«01» декабря 2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«ХОРЕОГРАФИЯ»**

Возраст обучающихся: 3-7 лет
Срок реализации: 4 года

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
1.1. Актуальность программы.....	3
1.2. Возрастная категория детей.....	3
1.3. Значимость.....	3
1.4. Цель и задачи программы.....	3
1.5. Объем часов.....	4
1.6. Принципы построения программы.....	4
1.7. Планируемые результаты реализации программы.....	5
2. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	6
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	7
4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ	18
5. СПИСОК ИСПОЛЬЗУМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	18

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На сегодняшний день всестороннее развитие детей набирает все большую популярность в нашей стране, поэтому родители стремятся всесторонне развивать своего ребенка с самых ранних лет, и в этом есть рациональное зерно, ведь успешное будущее закладывается в первые семь лет жизни.

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 ребенок интенсивно растет и развивается, движение становится его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В дошкольном возрасте внимание детей еще неустойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому они нуждаются в частой смене движений. Особое место в программе уделяется подбору музыкально-ритмического репертуара, который выполняется ежегодно в связи с современными требованиями. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

1.1. Актуальность программы

Актуальность программы позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей. Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

1.2. Возрастная категория детей

Программа направлена на художественную хореографию, ориентированную на развитие координации, чувства ритма, постановку корпуса, эстетическое и духовное развитие личности для детей 3-7 лет. Прием в студию танца осуществляется по желанию с предварительной проверкой музыкального слуха, физических данных, чувства ритма.

1.3. Значимость

Программа «Хореография» значима, так как занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо и для здоровья в целом. Хореография не только дает выход повышенной двигательной энергии ребенка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств.

1.4. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование творческих способности у детей дошкольного возраста в процессе музыкально-ритмической деятельности в условиях сюжетно-игровых занятий, способствование эстетическому и нравственному развитию, обучение детей основным знаниям, умениям и навыкам слушать музыку.

Задачи:

1. Научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, ритмики, основам классического танца, музыкальной грамоте, основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой, умение отмечать в движении сильную долю такта, простейший ритмический рисунок, пополнять словарный запас.

2. Способствовать развитию координации и укреплению опорно-двигательного аппарата, музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формировать творческую активность и развитие интереса к танцевальному искусству, психологически раскрепостить ребенка.

3. Воспитывать эстетически-нравственное восприятие детей и любовь к прекрасному, трудолюбию, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе.

1.5. Объем часов

Программа рассчитана на четыре учебных года. Этот период можно определить как первый этап в освоении азов ритмики, гимнастики, азбуки классического танца.

Режим занятий:

1. Первый год обучения (3-4 года) – 2 раза в неделю по 15-20 минут.
2. Второй год обучения (4-5 лет) – 2 раза в неделю по 25-30 минут.
3. Третий год обучения (5-6 лет) – 2 раза в неделю по 45 минут.
4. Четвертый год обучения (6-7 лет) – 2 раза в неделю по 60 минут.

1.6. Принципы построения программы

С первых минут на занятиях очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи. Успешное решение поставленных задач на занятиях в дошкольном учреждении возможно только при использовании открытых педагогикой принципов и методов обучения.

Принцип доступности и индивидуальности, предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и, в связи с этим – определение посильных для него заданий. Доступность означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путем взаимодействия всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

Принцип постепенного повышения требований заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

Принцип систематичности – один из ведущих. Имеются в виду непрерывность и регулярность занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня умелости. Систематические занятия, в том числе и хореографией, дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.

Принцип повторяемости материала - занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип.

Принцип наглядности в обучении танцам понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

Преподаватель для каждого упражнения, игры, танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного музыкально-двигательного задания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

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

Музыкальное сопровождение как методический прием. Рассчитывать на то, что ребята сами научатся чувствовать музыку, вряд ли возможно. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.

Импровизационный метод. На занятиях имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка.

Игровой метод. У детей четырех-семи лет игровой рефлекс доминирует, малыш лучше всё воспринимает через игру, поэтому игровой метод в обучении так близок к ведущей деятельности дошкольника. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся.

Концентрический метод. Этот метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций, вновь возвращается к пройденному, но уже предлагает все более сложные упражнения и задания.

1.7. Планируемые результаты реализации программы

На первом году обучения дети:

- Должны знать назначение музыкального зала и правила поведения в нем.
- Научатся ориентироваться в зале. Выполнять простейшие построения и перестроения (шеренги, колонны, линии, круг).
- Научатся выполнять ритмические танцы и комплексные упражнения под музыку.
- Научатся хлопать и топать в такт музыке. Знать отдельные упражнения танцевально-ритмической гимнастики.
- Научатся выполнять партерную гимнастику.
- Научатся ритмично двигаться под музыку в разных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знать основные танцевальные позиции ног (1, 2), рук (1, 2, подготовительная).

На втором году обучения дети:

- Научатся ориентироваться в зале, строиться в шеренги и колонны.
- Научатся выполнять ритмические танцы и комплексные упражнения под музыку.
- Научатся хлопать и топать в такт музыке.
- Должны знать отдельные упражнения танцевально-ритмической гимнастики. Выполнять построения и перестроения.
- Научатся ритмично двигаться под музыку в разных темпах, передавать хлопками и притопами ритмический рисунок.
- Должны знать элементы классического танца: позиции ног (1, 2, 5), рук (1, 2, 3, подготовительная).
- Научатся исполнять на середине зала: demi plie (по 1 позиции); relleve (по 6 позиции), перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); реверанс для девочек, поклон для мальчиков.

– Научатся маршировать в различных ритмах (2/4, 3/4, 4/4) и образах; развитие актерских способностей у детей.

– Научатся выполнять движения с предметами (цветы, листочки, ленты).

– Научатся выполнять партерную гимнастику.

На третьем году обучения дети:

– Должны овладеть навыками по различным видам передвижений по залу и приобрести определенный запас общеразвивающих и танцевальных движений.

– Смогут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический).

– Научатся выполнять перестроение: из линии в круг, ходьбу «змейкой» с закручиванием «в улитку», по диагонали, из круга в линии, перестроение в крест, полукруг, 2 и 4 круга.

– Научатся выполнять элементы современного танца на основе изученного материала.

– Научатся импровизировать под знакомую музыку.

– Научатся выполнять партерную гимнастику на полу.

На четвертом году обучения дети:

– Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр.

– Научатся выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, овладеют основами хореографических упражнений этого года обучения.

– Знают основные позиции и элементы классического танца.

– Научатся исполнять современные танцы и комплексы упражнений.

– Научатся выполнять партерную гимнастику.

2. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Учебно-тематический план первого года обучения (группа детей 3-4 года)

№ п/п	Наименование темы	Теория, ч	Практика, ч	Всего, ч
1	Вводное	1	-	1
2	Ее Величество Музыка	1	6	7
3	Играя, танцуем (ритмопластика)	-	12	12
4	Игровой стретчинг	1	9	10
5	Азбука танца	2	8	10
6	Рисунок танца	1	5	6
7	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	22	22
	<i>ИТОГО</i>	6	23	68

Учебно-тематический план второго года обучения (группа детей 4-5 лет)

№ п/п	Наименование темы	Теория, ч	Практика, ч	Всего, ч
1	Вводное	1	-	1
2	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3	Ее Величество Музыка	2	6	8
4	Игровой стретчинг	1	5	6
5	Азбука танца	1	10	11
6	Рисунок танца	1	4	5
7	Играя, танцуем (ритмопластика)	1	15	16

№ п\п	Наименование темы	Теория, ч	Практика, ч	Всего, ч
8	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	20	20
	<i>ИТОГО</i>	8	60	68

**Учебно-тематический план третьего года обучения
(группа детей 5-6 лет)**

№ п\п	Наименование темы	Теория, ч	Практика, ч	Всего, ч
1	Вводное	1	-	1
2	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3	Ее Величество Музыка	1	8	9
4	Игровой стретчинг	1	10	11
5	Партерный экзерсис (классический)	2	12	14
6	Играя, танцуем (ритмопластика)	1	8	9
7	Рисунок танца	1	6	7
8	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	16	16
	<i>ИТОГО</i>	8	60	68

**Учебно-тематический план четвертого года обучения
(группа детей 6-7 лет)**

№ п\п	Наименование темы	Теория, ч	Практика, ч	Всего, ч
1	Вводное	1	-	1
2	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3	Ее Величество Музыка	1	6	7
4	Игровой стретчинг	-	8	8
5	Партерный экзерсис (элементы классического танца)	1	12	13
6	Играя, танцуем (ритмопластика)	-	10	10
7	Рисунок танца	1	5	6
8	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	20	20
	<i>ИТОГО</i>	7	61	68

3. 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.

– Узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение этого в эмоциях, движениях: «Зайка», «Птички», «Мишенька-медведь», «Барабан», «Лошадки».

– Творческое задание: импровизация под заданные мелодии, веселую и грустную: «Веселый и грустный зайка», «Чебурашка».

– 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).

– Слушая музыку, определить ее темп (в движении).

– Творческое задание: изобразить зайку, мышку, лисичку, медведя.

– Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами.

3. Динамические оттенки (громко, тихо).

– Слушая музыку, определить динамические оттенки (в движении).

– Творческое задание: изобразить хлопками (или пальчиками): дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо).

– Игра «Тихо и громко».

4. Ритмический рисунок.

– Воспроизведение хлопками и притопыванием простого ритмического рисунка (быстро и медленно).

– Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.

5. Строение музыкального произведения (вступление, часть).

– Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.

– Игра «Побегаем, походим».

– 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», «Догонялочки», «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, VI.
6. Подготовка к изучению позиций рук (этюд «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)

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 «Ее 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, прихлопыванием).
3. Такт, ритмический рисунок:
 - Творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.
 - Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо».
4. Музыкальный жанр:
 - Полька, марш, вальс (устно определить жанр);
 - 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:

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

2. «Лягушки» (приседают, колени в сторону).

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

4. «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;
- поскоки;
- 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»;
- прыжки 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 позиция);
- releve на полупальцы (в VI (невыворотной) позиции);
- перегиб корпуса вперед и в сторону;
- позиции рук: подготовительная, I, III.

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», «Куручка и цыплята», «Танец звездочек», «Матрешки».

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

Третий год обучения (5-6 лет)

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 «Ее 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.
2. Работа над укреплением брюшного пресса, мышц шеи.
3. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки).
4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
5. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка».
6. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
7. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».

8. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».

9. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».

10. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Журавель».

11. 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:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия «рабочая нога» и «опорная нога»;
- позиции ног (I, II, III, VI при относительной выворотности ног);
- постановка корпуса в I, II, III позиции;
- releve на полупальцы;
- demi – plie в I, II, III, VI позиции;
- чередование releve и demi – plie;
- grand-plie в I, II, III, VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I позиция);
- cote (легкие прыжки);
- позиции рук: подготовительная, I, II, III;
- 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»:
 - замкнутый круг;
 - раскрытый круг (полукруг);
 - круг в круге;
 - сплетенный круг (корзиночка);
 - лицом в круг, лицом из круга;
 - круг парами,

– круг противходом.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца: «Колонна», «Линия»:

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

Понятие «диагональ»:

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

4. Рисунок танца «Спираль»:

- игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

- горизонтальная.

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

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:

1. Сюжетные танцы: «Ходики», «Аквариум», «Лягушки и цапля».
2. Детские танцы «Барбарики», Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».
3. Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Бабочки», «Стирка», «Моряки».

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. 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».
4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка».
5. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
6. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
7. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
8. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
9. Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».
10. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа, полушпагаты.
11. Игровая композиция «Сказка о жадном императоре».

ТЕМА «Партерный экзерсиз» (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. Экзерсиз на середине:
 - постановка корпуса (ноги в свободном положении);
 - понятия «рабочая нога» и «опорная нога»;
 - позиции ног (I, II, III, VI при относительной выворотности ног);
 - постановка корпуса в I, II, III позиции;
 - releve на полупальцы;
 - demi – plie в I, II, III, VI позиции;
 - чередование releve и demi – plie;
 - grand-plie в I, II, III, VI позиции;
 - battement tendu во всех направлениях (I позиция);
 - cote (легкие прыжки);
 - перегиб корпуса вперед и в сторону;
 - позиции рук: подготовительная, I, II, III;
 - перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

– повороты головы на 1/2; 1/4.

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», «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:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):
 - замкнутый круг;
 - раскрытый круг (полукруг);
 - круг в круге;
 - сплетенный круг (корзиночка);
 - лицом в круг, лицом 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).
4. Понятие «диагональ»:
 - перестроение из круга в диагональ;
 - перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

5. Рисунок танца «Спираль»:

– игра «Клубок ниток».

6. Рисунок танца «Змейка»:

– горизонтальная;
– вертикальная.

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

7. Рисунок танца «Воротца»: русский танец «Воротца».

Игра-танец «Бесконечный».

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:

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

Детские танцы: «Барбарики», «Пробуждальный» танец, «Веселые квадраты», «Зажи-гай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия».

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

4. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Специальный кабинет, оборудованный детским станком, ковриками.
2. Музыкальный центр, компьютер с колонками.
3. Зеркало.
4. Книги.
5. Стол-тумба.
6. Доска, маркеры, магниты.
7. Мячики, ленточки, платочки, шарфы, цветочки другие реквизиты для практических занятий.
8. Костюмы для концертной деятельности.

5. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет. – СПб: Аничков мост, 2015. – 196 с.
2. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. ФГОС. – СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016. – 352 с.
3. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2003. – 266 с.
4. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. – М.: Айрис, 2008. – 112 с.
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. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. – М.: Линка-Пресс, 2006.
8. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб: Детство-пресс, 2005
9. Арсенина Е.Н. Музыкальные занятия. Старшая группа. – М.: Учитель, 2015.
10. Зацепина М.Б. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
11. Зацепина М.Б., Антонова Т.В. Праздники и развлечения в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
12. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.
13. Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников. – М.: Детство-Пресс, 2013.