

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
протокол № 1  
от «25» августа 2022 года

УТВЕРЖДЕНО  
приказом заведующего  
МБДОУ «Д/с №172»  
от «25» августа 2022 года  
приказ № 157-од



Дело № 02-22

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Обучение хореографии»  
(для детей 5-6 лет)

на 2022-2023 учебный год

Направленность: художественная  
Срок реализации: 8 месяцев  
Возраст обучающихся: 5-6 лет  
Автор-составитель:  
Пестова Анастасия Ивановна

Начато: 13 сентября 2022 г.  
Окончено:

Хранить:  
5 лет  
ст. 443 ТП

г. Барнаул

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| 1. Комплекс основных характеристик программы      |    |
| 1.1. Пояснительная записка.....                   | 3  |
| 1.2. Цель и задачи программы.....                 | 5  |
| 1.3. Содержание программы.....                    | 6  |
| 1.4. Планируемые результаты.....                  | 12 |
| 2. Комплекс организационно-педагогических условий |    |
| 2.1. Календарный учебный план.....                | 13 |
| 2.2. Календарный учебный график.....              | 21 |
| 2.3. Условия реализации программы.....            | 21 |
| 2.4. Формы аттестации.....                        | 22 |
| 2.5. Оценочные материалы.....                     | 22 |
| 2.6. Методические материалы.....                  | 25 |
| Список литературы.....                            | 29 |
| Приложение №1.....                                | 30 |
| Приложение №2.....                                | 37 |
| Лист изменений и дополнений Программы.....        | 39 |

## **1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Обучение хореографии» для детей 5-6 лет (далее - Программа), является неотъемлемой частью дополнительной общеобразовательной программы муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детского сада №172» общеразвивающего вида.

- Устава МБДОУ «Д/с №172».

**Направленность Программы:** художественная.

**Новизна Программы:** в данной программе совмещены и сбалансированы не только упражнения для формирования танцевальной техники и постановка танцевальных номеров, но и танцевально-игровые средства обучения, а так же импровизационные задания. Такой подход развивает как физические данные обучающихся, так и творческие способности, творческую инициативу.

**Актуальность Программы:** в настоящее время со стороны родителей и детей спрос на образовательные услуги в области хореографии очень высок. Алтайский край славится своими хореографическими коллективами по всей России и за рубежом. Чаще всего дети начинают заниматься хореографией уже в младшем дошкольном возрасте. Родители считают, что ребенок, который умеет танцевать, лучше развивается физически, чувствует себя более уверенно в различных видах деятельности, не стесняется показывать свои достижения другим людям. Обучение хореографии в детском саду позволяет подготовить ребенка к дальнейшему обучению в хореографической студии, сформировать состояние успеха и желание развиваться в области танцевального искусства.

**Отличительные особенности Программы:** в программе сформирован акцент на обучение игровым методом. Такие темы программы как: «Танцевальные образы», «Танцевальные игры», позволяют через игру развивать физические и творческие способности. Так же многие

упражнения из темы «Формирование танцевальной техники» основаны на игровом методе, будь то название движения или форма его выполнения. В танцевальных постановках и в сопровождении танцевальных упражнений используется чаще всего современная детская музыка, та, которую дети слушают дома, которая им нравится, которая сопровождает современные мультфильмы и детские телепередачи.

**Адресат Программы:** программа рассчитана на обучение воспитанников с 5 до 6 лет.

**Объем и срок освоения Программы:** программа рассчитана на 8 месяцев обучения, всего 64 учебных часа.

**Особенности организации образовательного процесса:** форма занятий – групповая. Группа по возрасту 5-6 лет, количественный состав – до 20 человек.

**Режим занятий:** занятия проводятся с 13 сентября 2022 года по 11 мая 2023 года 2 раза в неделю, по вторникам и четвергам, во второй половине дня. Продолжительность занятий в группах: 5-6 лет – 25 минут. Общее количество занятий в учебный год – 64.

**Консультации для родителей:** каждые вторник и четверг с 16.00 до 17.00. Проводятся индивидуально в режиме «вопрос-ответ».

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

В дошкольном периоде дети различных возрастов значительно отличаются по своему развитию. Поэтому в дошкольный период обучения хореографии дети делятся на группы в соответствии с возрастом воспитанников: 5-6 лет.

### **Возрастные особенности детей 5- 6 лет**

Дети 5-6 лет находятся в переходном периоде — от раннего детства к дошкольному. Еще сохраняются черты, характерные для предыдущего возрастного периода, но уже происходит переход от наглядно-действенного

мышления к наглядно-образному, укрепляется организм, улучшаются функции мышечно-двигательного аппарата. У детей появляется желание танцевать и активно действовать. Умение выполнять несложные движения под музыку дает ребенку возможность более самостоятельно двигаться, выполнять элементарные танцевальные движения, что доставляет им большую радость. Возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие танцевальных движений пока невелики. На занятиях с детьми от 5 до 6 лет педагог принимает активное участие, находясь в непосредственной близости от детей и вместе с ними, как в танцах, так и в упражнениях. Нередко даже выступления на мероприятиях не обходятся без участия педагога в танцевальном номере. Это стимулирует и поддерживает детей, способствует снятию напряжения и стеснения.

## **1.2. Цель и задачи Программы**

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

### **Задачи:**

#### Образовательные:

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

#### Развивающие:

- Укреплять здоровье: способствовать формированию правильной осанки, развитию опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия,

совершенствованию работы органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма воспитанника.

- Создавать необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой для выполнения танцевальных движений.
- Совершенствовать психомоторные способности дошкольников: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые качества, координационные способности; содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой, развивать ручную умелость и мелкую моторику.
- Развивать творческие способности в области хореографии: мышление, воображение.

#### Личностные:

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

#### Метапредметные:

- Развивать навыки самостоятельного выражения движений под музыку.
- Развивать познавательную активность, интерес к хореографическому искусству

### **1.3. Содержание Программы.**

**Особенность обучения хореографии:** в работе с дошкольниками теория напрямую связана с практикой. При знакомстве обучающихся с новым видом танца, движением, упражнением, и др. после теоретического объяснения необходимо сразу переходить к практическим действиям. Теория является сопровождением практического процесса непрерывно на

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

### **Учебный план по обучению хореографии детей 5-6 лет**

**Цель:** способствовать физическому и творческому развитию обучающихся, сформировать у обучающихся желание и способность к волевым усилиям в процессе освоения новых движений и танцев.

**Задачи:** - познакомить с основными теоретическими понятиями;

- научить ориентироваться в основных композиционных построениях;

- научить согласовывать танцевальные движения в парном танце;

- учить танцевать синхронно со всей группой;

- сформировать навыки простой танцевальной импровизации;

- способствовать формированию интереса к самостоятельному исполнению танцевальных движений и комбинаций.

**Основные термины:** танец, поклон, разминка, круг, линия, диагональ, разброс, танцевальный шаг, танцевальный бег, стретчинг, подтянутость, прыжок, осанка, атрибут, подъем, образ, жест, композиция.

| Перечень основных тем и разделов программы    | Количество учебных часов |        |          | Формы аттестации/ контроля |
|-----------------------------------------------|--------------------------|--------|----------|----------------------------|
|                                               | всего                    | из них |          |                            |
|                                               |                          | теория | практика |                            |
| Тема 1.<br>Вводное занятие.                   | 2                        | 0,5    | 1,5      |                            |
| Тема 2.<br>Формирование танцевальной техники. | 28                       | 4      | 24       |                            |
| Тема 3.<br>Постановка танцевальных номеров.   | 25                       | 3      | 22       | выступление на утренниках  |

|                                                        |                                                                                    |     |      |                  |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------------------|
| Тема 4.<br>Танцевальные образы.                        | 30 упражнений в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия |     |      |                  |
| Тема 5.<br>Танцевальные игры.                          | 22 игры в течение учебного периода, в завершающей части занятия                    |     |      |                  |
| Тема 6.<br>Подготовка и проведение творческого отчета. | 11                                                                                 | 1   | 10   | творческий отчет |
| Итого за период                                        | 66                                                                                 | 8,5 | 57,5 |                  |

### **Содержание учебного плана для возрастной группы 5-6 лет.**

#### **Тема 1. Вводное занятие.**

##### **Теория.**

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

##### **Практика.**

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

## **Тема 2. Формирование танцевальной техники.**

Теория.

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

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

Практика.

- Упражнения для выработки правильной постановки корпуса:

«Солдатык»

«Ах, ладошки, вы, ладошки!»

«Дощечка»

- Стречинг

- Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе:

«Стойкий оловянный солдатык»

«Карусель»

«Лодочка»

Описание упражнений и стретчинга см. Приложение №3.

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

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

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

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

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

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

### **Тема 3. Постановка танцевальных номеров.**

Теория.

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

Практика.

Соединение движений в танцевальные композиции по характеру музыки.

Подготовка небольших танцевальных зарисовок для танцевальных постановок.

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

### **Тема 4. Танцевальные образы.**

Теория.

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

Практика.

«Загораем»

«Насос»

«Грибочки»

«Всадник»

«Часики»

«Пора вставать»

«Цветочек»

«Утята»

«Лошадки»

«Клоуны»  
«Мостик»  
«Гуляем в лесу»  
«Дирижер»  
«Аленький цветочек»  
«Волна»  
«Коробочка»  
«Винтик»

Описание см. Приложение №3

### **Тема 5. Танцевальные игры.**

Теория.

Объясняем правила игры, цель и что развиваем играя.

Практика.

«Найди предмет»  
«Тихо-громко»  
«Зеркало»  
«Гонка мяча по кругу»  
«Танцевальное эхо»  
«Автомобили»  
«Создай образ»  
«Гулливер и лилипуты»  
«Погода»  
«Ай, да я!»

Описание игр см. Приложение №1.

### **Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.**

Теория.

Повторить основные термины: «чувство ритма», «характер движения», «выразительность движения».

Практика.

Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства.

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

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

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

#### **1.4. Планируемые результаты**

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

##### **К концу обучения в возрастной группе 5-6 лет воспитанник:**

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

- получит первоначальные навыки простой танцевальной импровизации.

У обучающегося:

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

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный план

#### Календарный учебный план для детей группы 5-6 лет

| Наименование платной образовательной услуги             | Возрастная группа | Кол-во занятий в неделю | Продолжительность занятия в день | Кол-во занятий в месяц |         |        |         |        |        |      |        |     | Количество занятий в год с 13.09. 2021 по 13.05. 2022 |
|---------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------|---------|--------|---------|--------|--------|------|--------|-----|-------------------------------------------------------|
|                                                         |                   |                         |                                  | сентябрь               | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | феврал | март | апрель | май |                                                       |
| Танцевальная студия «Обучение хореографии» <sup>2</sup> | 5-6 лет           | 2                       | 25 мин                           | 6                      | 8       | 9      | 9       | 7      | 7      | 9    | 8      | 3   | 66                                                    |

#### Календарный тематический план по обучению хореографии для детей 5-6 лет

| № п/п | месяц    | число | время проведения занятия | форма занятия   | количество часов | тема занятия                                                                      | место проведения | форма контроля |
|-------|----------|-------|--------------------------|-----------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------|
| 1     | сентябрь | 13    |                          | вводное занятие |                  | Знакомство. Занятие инструктаж по технике безопасности. Изучаем поклон, разминку. | муз. зал         |                |
| 2     |          | 15    |                          | вводное занятие |                  | Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.                      |                  |                |

|   |         |    |  |            |  |                                                                                                                                                                                                         |  |  |
|---|---------|----|--|------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 3 |         | 20 |  | тренировка |  | Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык». Упражнение для стоп. Танц. образ «Загораем».                                                                                         |  |  |
| 4 |         | 22 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык». Упражнение для развития силы мышц «Стойкий оловянный солдат». Танц. образ «Насос».                                 |  |  |
| 5 |         | 27 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Ах, ладошки, вы, ладошки!». Упражнение для развития силы мышц «Стойкий оловянный солдат», «Карусель». Танц. образ «Загораем». |  |  |
| 6 |         | 29 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение для стоп. Упражнение для развития силы мышц «Карусель». Танц. образ «Насос».                             |  |  |
| 7 | октябрь | 4  |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги по диагонали: с высоким поднятием бедра, на полупальцах, переменный. Танц. образ «Грибочки».                                                                        |  |  |
| 8 |         | 6  |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги по диагонали, бег по кругу: на полупальцах, с высоким поднятием бедра, галоп. Танц. образ «Грибочки».                                                               |  |  |
| 9 |         | 11 |  | тренировка |  | Поклон, разминка. Упражнения для постановки корпуса, для стоп. Танцевальные шаги                                                                                                                        |  |  |

|    |        |    |  |            |  |                                                                                                                                                           |  |  |
|----|--------|----|--|------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|    |        |    |  |            |  | и бег. Танц. образ «Всадник».                                                                                                                             |  |  |
| 10 |        | 13 |  | тренировка |  | Поклон, разминка. Элементарный стретчинг. Упражнения для мышц и суставов «Стойкий оловянный солдат» и «Карусель». Танц. образы «Грибочки» и «Всадник».    |  |  |
| 11 |        | 18 |  | тренировка |  | Поклон. Закрепление порядка и усложнение разминки. Добавляем новые элементы – движения плечами с амплитудой. Танц. образ «Часики».                        |  |  |
| 12 |        | 20 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: приставной шаг вперед и назад, вправо и влево. Танц. образ «Клоуны».                                                 |  |  |
| 13 |        | 25 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Упражнения для постановки корпуса, для стоп. Танцевальные шаги и бег. Танц. образ «Лошадки».                                            |  |  |
| 14 |        | 27 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Подскоки. Танц. игра «Музыкальное настроение»               |  |  |
| 15 | ноябрь | 1  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. образ «Клоуны» и танц. игра «Музыкальное настроение». |  |  |
| 16 |        | 3  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Повторение упражнений на развитие силы мышц + новое упражнение «Лодочка». Стретчинг.                                                    |  |  |
| 17 |        | 8  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Повторение упражнений                                                                                                                   |  |  |

|    |         |    |  |            |  |                                                                                                              |  |  |
|----|---------|----|--|------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|    |         |    |  |            |  | для осанки и упражнений для стоп. Стречинг. Танц. игра «Создай образ».                                       |  |  |
| 18 |         | 10 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Основные движения танца «Помощники Деда Мороза». Поклон. Разминка.                         |  |  |
| 19 |         | 15 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Основные движения танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Часики».                     |  |  |
| 20 |         | 17 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. игра «Тихо-громко».                        |  |  |
| 21 |         | 22 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. игра «Тихо-громко».                        |  |  |
| 22 |         | 24 |  | тренировка |  | Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. игра «Зеркало». |  |  |
| 23 |         | 29 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Цветочек».                          |  |  |
| 24 | декабрь | 1  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Цветочек».                          |  |  |
| 25 |         | 6  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Утята».                             |  |  |
| 26 |         | 8  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Утята».                             |  |  |

|    |        |    |  |            |  |                                                                                                                                  |  |                                                                       |
|----|--------|----|--|------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------|
| 27 |        | 13 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Повторение танца «Помощники Деда Мороза». Стречинг.                                                            |  |                                                                       |
| 28 |        | 15 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Стречинг. Танц. игра «Найди предмет».                                |  |                                                                       |
| 29 |        | 20 |  | репетиция  |  | Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Стречинг. Танц. игра «Найди предмет». Танц. образ «Дирижер».                           |  |                                                                       |
| 30 |        | 22 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. образ «Лошадки».  |  |                                                                       |
| 31 |        | 27 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. образ «Лошадки».  |  | Выступление на новогоднем утреннике с танцем «Помощники Деда Мороза». |
| 32 |        | 29 |  | игровое    |  | С помощью карточек – подсказок угадываем упражнения, танцевальные образы и выполняем их. Танц. игра по выбору детей.             |  |                                                                       |
| 33 | январь | 10 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка. Повторение танцевальных шагов с движениями рук, танцевального бега. Стречинг. Танц. образ «Аленький цветочек». |  |                                                                       |
| 34 |        | 12 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Повторение упражнений для правильной постановки корпуса и упражнений для развития силы мышц. Танцевальная      |  |                                                                       |

|    |         |    |  |                |  |                                                                                                                                      |  |  |
|----|---------|----|--|----------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|    |         |    |  |                |  | игра «Ай да я!».                                                                                                                     |  |  |
| 35 |         | 17 |  | репетиц<br>ия  |  | Повторение основных<br>упражнений для<br>формирования<br>танцевальной техники.<br>Танц. образ «Коробочка».                           |  |  |
| 36 |         | 19 |  | репетиц<br>ия  |  | Поклон. Разминка.<br>Основные шаги и<br>движения танца «Рок-н-<br>ролл». Танц. игра<br>«Гонка мяча по кругу».                        |  |  |
| 37 |         | 24 |  | репетиц<br>ия  |  | Поклон. Разминка.<br>Основные шаги и<br>движения танца «Рок-н-<br>ролл». Танц. игра<br>«Гонка мяча по кругу».                        |  |  |
| 38 |         | 26 |  | репетиц<br>ия  |  | Поклон. Разминка.<br>Основные<br>композиционные<br>построения диагональ и<br>круг в танце «Рок-н-<br>ролл». Танц. образ<br>«Мостик». |  |  |
| 39 |         | 31 |  | репетиц<br>ия  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Рок-н-<br>ролл». Танц. образ<br>«Гуляем в лесу».                                              |  |  |
| 40 | Февраль | 2  |  | репетиц<br>ия  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Рок-н-<br>ролл». Танц. игра<br>«Танцевальное эхо».                                            |  |  |
| 41 |         | 7  |  | репетиц<br>ия  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Рок-н-<br>ролл». Танц. образ<br>«Гуляем в лесу».                                              |  |  |
| 42 |         | 9  |  | репетиц<br>ия  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Рок-н-<br>ролл». Танц. игра<br>«Танцевальное эхо».                                            |  |  |
| 43 |         | 14 |  | трениро<br>вка |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Рок-н-<br>ролл». Танц. игра<br>«Автомобили».                                                  |  |  |
| 44 |         | 16 |  | трениро<br>вка |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Рок-н-<br>ролл». Танц. игра<br>«Автомобили».                                                  |  |  |
| 45 |         | 21 |  | репетиц<br>ия  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Рок-н-<br>ролл». Танц. игра<br>«Гулливер и лиллипуты».                                        |  |  |

|    |      |    |  |            |  |                                                                                                                                                                                                     |  |                                                 |
|----|------|----|--|------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------|
| 46 |      | 28 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Гулливер и лиллипуты».                                                                                                              |  |                                                 |
| 47 | март | 2  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Погода».                                                                                                                            |  |                                                 |
| 48 |      | 7  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Погода».                                                                                                                                |  | Выступление на утреннике с танцем «Рок-н-ролл». |
| 49 |      | 9  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Дружба». Танц. образ «Волна».                                                                                                                                |  |                                                 |
| 50 |      | 14 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Погода».                                                                                                                                |  |                                                 |
| 51 |      | 16 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Дружба». Танц. образ «Волна».                                                                                                                                |  |                                                 |
| 52 |      | 21 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Дружба». Танц. образ «Коробочка».                                                                                                                            |  |                                                 |
| 53 |      | 23 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Гулливер и лиллипуты».                                                                                                                  |  |                                                 |
| 54 |      | 28 |  | тренировка |  | Поклон. Разминка.<br>Постановка парного танца «Дружба». Танц. образ «Аленький цветочек».                                                                                                            |  |                                                 |
| 55 |      | 30 |  | тренировка |  | Поклон. Формирование разминки для творческого отчета. Усиление нагрузки, ускорение темпа выполнения упражнений. Отрабатываем самостоятельное исполнение без показа педагогом. Танц. образ «Винтик». |  |                                                 |

|    |        |    |  |            |  |                                                                                                                                              |  |  |
|----|--------|----|--|------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 56 | апрель | 4  |  | тренировка |  | Поклон. Закрепление разминки. Формирование танц. техники для упражнений творческого отчета. Танцевальный выход и уход за кулисы.             |  |  |
| 57 |        | 6  |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Повторение танцевальных номеров: «Помощники Деда Мороза», «Рок-н-ролл», «Дружба». Танцевальная игра по выбору детей.       |  |  |
| 58 |        | 11 |  | тренировка |  | Подготовка творческого отчета: выбор поклона, закрепление разминки. Танцевальные шаги и бег. Танц. образ «Винтик».                           |  |  |
| 59 |        | 13 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: упражнения на формирование танц. техники и стретчинг. Повтор танца «Помощники Деда Мороза». |  |  |
| 60 |        | 18 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: танцевальные шаги и бег. Повтор танца «Рок-н-ролл».                                         |  |  |
| 61 |        | 20 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: композиционные перестроения по ходу занятия. Повтор танца «Дружба».                         |  |  |
| 62 |        | 25 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: повторение наиболее ярких танц. образов. Повтор танцевальных номеров.                       |  |  |
| 63 |        | 27 |  | репетиция  |  | Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока. Выбор танц. игры совместно с детьми.             |  |  |
| 64 | май    | 2  |  |            |  | Поклон. Разминка. Подготовка творческого                                                                                                     |  |  |

|    |  |    |  |  |  |                                                                                                                                     |  |  |
|----|--|----|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|    |  |    |  |  |  | отчета: выстраивание композиции всех частей урока. Выбор танц. игры совместно с детьми.                                             |  |  |
| 65 |  | 4  |  |  |  | Поклон. Разминка.<br>Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока. Выбор танц. игры совместно с детьми. |  |  |
| 66 |  | 11 |  |  |  | Творческий отчет.                                                                                                                   |  |  |

## 2.2. Календарный учебный график

|                                       |                                                                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Наименование программы                | Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Обучение хореографии» |
| Начало учебного года                  | 13.09.2022                                                                            |
| Окончание учебного года               | 11.05.2023                                                                            |
| Продолжительность учебного года       | 32 недели                                                                             |
| Количество занятий в неделю           | 2 раза<br>(ворник, четверг)                                                           |
| Продолжительность занятий             | 5-6 лет – 25 минут                                                                    |
| Каникулы, праздничные (нерабочие) дни |                                                                                       |
| Новогодние праздники                  | 31.12.22-08.01.23                                                                     |
| День защитника Отечества              | 23.02.2023                                                                            |
| Международный женский день            | 08.03.2023                                                                            |
| День Весны и Труда                    | 01.05.2023                                                                            |
| День Победы                           | 08.05.2023-09.05.2023                                                                 |

## 2.3. Условия реализации Программы

### Материально-техническое обеспечение Программы:

Учебно-материальная база:

- музыкальный или спортивный зал;
- музыкальный центр;
- аудиозаписи, соответственно плану Программы;
- видеозаписи для ознакомления с миром танца;

- атрибуты и костюмы для танцевальных номеров соответственно количеству обучающихся.

Для успешного освоения движений и организации учебного процесса, на занятиях вводится специальная танцевальная форма:

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

## 2.4. Формы подведения итогов

Формы подведения итогов реализации по дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) Программе «Обучение хореографии» для детей 3-4 лет:

- участие в праздничных утренниках с танцевальными номерами соответственно возрастным группам: новогоднем утреннике, празднике 8 марта, выпускном бале в подготовительной группе;
- проведение открытого занятия в форме творческого отчета в конце учебного периода

## 2.5. Оценочные материалы

Для отслеживания результативности обучения по дополнительной образовательной программе «Обучение хореографии», в течении учебного года проводятся следующие виды мониторинга:

| Время проведения                  | Цель проведения                                                                                                                                                                                                                        | Формы мониторинга                                                                                                                               |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Первичный мониторинг</b>       |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                 |
| В начале учебного года (сентябрь) | Определение уровня развития обучающихся по параметрам: чувство ритма, запоминаемость движений, композиция, танцевальное творчество. Составление итоговой таблицы с определением уровня развития параметров в каждой возрастной группе. | Наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения упражнений и движений из учебных тем. Выполнение специальных заданий. |
| <b>Текущий мониторинг</b>         |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                 |

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| В течение всего учебного года | Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности обучающихся к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности обучающихся в обучении. Выявление обучающихся, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.                                                               | Педагогическое наблюдение, опрос по теории, творческие задания, повтор за педагогом и самостоятельное исполнение движений.                                                                                                            |
| <b>Итоговый мониторинг</b>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                       |
| В конце учебного года (май)   | Определение уровня развития обучающихся по параметрам: чувство ритма, запоминаемость движений, композиция, танцевальное творчество. Определение динамики изменения уровня развития обучающихся по этим параметрам, составление итоговой таблицы. Определение результатов обучения по программе. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения | Наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения упражнений и движений из учебных тем. Выполнение специальных заданий. Выступления детей на утренниках, а так же на творческом отчете в конце учебного года. |

### **Процесс проведения первичного и итогового мониторинга:**

Педагог предлагает воспроизвести несложную танцевальную комбинацию сначала по показу, а затем самостоятельно. Можно дать задание на самостоятельное воспроизведение ребенком танцевальной комбинации из любого танцевального номера (с 5-6 лет) или раздела «Танцевальные образы», подсказывая по необходимости порядок исполнения основных элементов.

Затем дает задание на воспроизведение ритмического рисунка. Это может быть отстукивание стопами (5-6 года) или отстукивание + ритмические хлопki в виде небольшой комбинации.

Задание на композицию может проводиться в виде исполнения хоровода с использованием карточек-заданий с изображением композиционных фигур танца. В возрастных группах 5-6 года определяется методом наблюдения по ходу занятия, во время игры «Иголочка-ниточка».

В завершающей части педагог предлагает танцевать самостоятельно под музыку, не звучавшую ранее на занятиях. Обучающийся импровизирует. Его задача передать в движении характер музыки, раскрыть его через танец.

### **Уровни освоения Программы воспитанниками возраста 5-6 лет.**

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

**Средний уровень.** Ребенок владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнять движения на основе предварительного показа. Увлечен процессом, но не всегда обращает внимание на результат. Движения выполняет ритмично, но просит повторного показа. В творческом задании смущается, или выполняет однообразные движения.

**Высокий уровень.** Ребенок проявляет стойкий интерес к музыкально-ритмическим упражнениям, понимает структуру музыкального произведения. Накопленный двигательный опыт переносит на самостоятельную деятельность, делает попытки творческих импровизаций в движениях.

Мониторинг формирования навыков и умений детей по платной образовательной услуге в 2022/2023 учебном году Танцевальной студии «Обучение хореографии»

Руководитель  
А.И. Пестова

| № | Ф.И. обучающегося | Параметры     |            |                         |            |             |            |                         |            |
|---|-------------------|---------------|------------|-------------------------|------------|-------------|------------|-------------------------|------------|
|   |                   | чувство ритма |            | запоминаемость движений |            | композиция  |            | танцевальное творчество |            |
|   |                   | начало года   | конец года | начало года             | конец года | начало года | конец года | начало года             | конец года |
| 1 |                   | В             |            |                         |            |             |            |                         |            |
| 2 |                   | С             |            |                         |            |             |            |                         |            |
| 3 |                   | Н             |            |                         |            |             |            |                         |            |
|   | ИТОГО %           |               |            |                         |            |             |            |                         |            |

Условные обозначения: В - высокий уровень, С – средний уровень, Н - низкий уровень.

## 2.6. Методические материалы

### Особенности организации образовательного процесса

В начале работы с младшими дошкольниками уделяется внимание освоению образно-игровых движений.

Постепенно исполнение различных двигательных упражнений приобретает более дифференцированный характер.

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

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

В процессе изучения нового материала наиболее актуальными являются:

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

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

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

Целостный процесс обучения танцевальному движению можно условно разделить на три этапа:

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

Общие методические рекомендации по ведению занятий см. Приложение №5.

### **Методы обучения:**

- словесный - устное изложение, беседа и т. д.;
- наглядный - показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом;
- практический – выполнение движений, упражнений;
- метод сотворчества – педагог побуждает детей к придумыванию своих танцевальных движений для танцев.

### **Формы организации образовательного процесса:**

- групповая – до 20 человек;
- индивидуальная – при возникновении сложностей с разучиванием элементов и комбинаций;
- ансамблевая – постановочная работа;
- игровая – при выполнении танцевальных игр, творческих заданий, танцевальных образов.

### **Формы организации учебного занятия:**

- тренировочное – выполнение упражнений на формирование танцевальной техники;
- репетиция – постановка танцевальных номеров для выступлений;
- творческое занятие – выполнение творческих индивидуальных и групповых заданий.

**Алгоритм учебного занятия:** во всех возрастных группах одинаков, так как предмет хореографии имеет свою специфику, актуальную для любого возраста, уровня знаний и навыков.

Занятие состоит из:

- Разминки – выполняется в виде небольшой танцевальной зарисовки под популярную детскую песенку, в которой проводится подготовка всех частей опорно-двигательного аппарата к дальнейшим более сложным элементам. Продолжительность – 5 мин.
- Основной части – изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность – 15 минут.
- Завершающей части – танцевальной игры на развитие различных навыков, например, умения импровизировать под музыку; или хореографических упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Продолжительность – 5 мин.

### **Принципы и подходы к организации образовательного процесса:**

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

- Принцип единства воспитательных, развивающих и образовательных целей, в процессе реализации которых учитываются интересы и способности воспитанников.
- Принцип научной обоснованности и практической применимости.
- Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Этот принцип дает возможность развивать в единстве эмоциональную, познавательную и практическую сферы личности ребенка.
- Принцип гуманизации – признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка.
- Комплексно-тематический подход к построению образовательного процесса.
- Системный подход формирования программы, в которой все компоненты взаимосвязаны и взаимозависимы.
- Подход «от простого к сложному», который пронизывает все структурные части занятий во всех возрастных группах.

### **Средства реализации Программы:**

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

### Список литературы:

- Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб.: Люкси, Респекс, 1996. — 256 с.
- Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учебное пособие. — СПб.: Музыкальная палитра, 2004. — 36 с.
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.
- Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. – М.: Айрис пресс, 2008 г. – 50 с.
- Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: Учеб. пособие для воспитателей и педагогов. – М.: Гном-Пресс, 1997. – 64 с.
- Никитин В.Ю. Модернджаз танец: Этапы развития. Метод. Техника.— М.: ИД Один из лучших, 2004 — 414 с.
- Смирнова К.В. Картотека игр и упражнений по развитию чувства ритма. - Буй: МДОУ №15 Огонёк, 2014. — 56 с.
- Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.
- Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – Вып. 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 43 с.
- Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.

**Возрастная группа 5-6 лет.**

**Тема 2. Формирование танцевальной техники.**

**Упражнения для выработки правильной постановки корпуса:**

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

«Ах, ладошки, вы, ладошки!»-

Встать прямо и, заведя руки за спину, соединить ладони. Затем, вывернув сложенные руки пальцами вверх, расположить кисти так, чтобы мизинцы по всей длине касались позвоночника. Локти приподнять, спину выпрямить, плечи отвести назад.

Удерживать позу под речитатив: «Ах, ладошки, вы, ладошки! За спиною спрячем вас! Это нужно для осанки, это точно! Без прикрас!».

Медленно опустить руки вниз, встряхнуть кистями рук и спокойно вздохнуть.

«Дощечка» - «раз»-подняться на полупальцы,

«два»- сесть на пятки спина прямая,

«три» - выпрямить ноги,

«четыре»- опустить пятки на пол.

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

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

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

**Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов.**

Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе:

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

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

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

#### **Тема 4. Танцевальные образы.**

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

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

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

**«Всадник»** - сидя на стуле, руками держаться за край стула. Под ритмичную музыку.

**«За-такт»** - поднять ноги вперед, «раз» - опустить ноги. Повторить движение несколько раз.

**«Раз-два»** - поднять согнутые ноги вперед,

**«три-четыре»** - опустить ноги. Повторить несколько раз.

1 -4 тт. — восемь хлопков перед собой на каждый счет.

5-7 тт. — потянуться наверх.

8 т. - поставить руки на пояс. Повторить один раз.

1 -8 тт. — имитировать скачку на лошади, слегка подпрыгивая на стуле, в руках воображаемые вожжи. Повторить один раз.

1 -8 тт. - восемь шагов на стуле, высоко поднимая ноги, руками держаться за край стула. Повторить один раз.

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

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

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

"Стрелки никогда не спят, тик-так, тик-так. Скажет утро нам вот так" — хлопки по часовой стрелке сверху вниз, как бы рисующие циферблат часов. «Пора вставать» - на слово «пора» хлопок перед собой, на слово «вставать» нарисовать руками большой круг, сильно прогнуться назад.

«**Цветочек**» - сидя на полу, ноги подтянуты к корпусу, стопы соединены. «Наступила ночь и цветочек спрятался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед.

«Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» — выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх.

«Наступила ночь и цветочек спрягался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед.

«Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» - выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх.

«Но тут закапал утренний дождик: кап-кап-кап» — кисти рук выполняют движение вверх-вниз.

«Мокнет, мокнет цветочек, мокнут листочки и стебелечек» — постепенно опускать голову к стопам, руки свободно вытягиваются вперед. «Капал, капал дождик. Цветочек совсем намок. Спрятался он в бутончик» - положение сохраняется.

«Но дождик все-таки перестал капать и снова выглянуло солнышко. Потянулся цветочек к солнышку» - голова поднимается, руки выпрямляются наверх, спина тоже выпрямляется.

«И стал он сушить свое личико, стебелечек. Сушил, сушил цветочек» — имитация слов руками, кистями рук.

«Высушился цветочек, потянулся и вырос» — выпрямить колени, вытянуть ноги. Подняться на ноги.

«**Утята**» - стоя, руки согнуты и локти отведены в стороны, ладонями вперед, лицом в круг.

1 -2тт. — четыре раза согнуть пальцы в кулачок («клювики»).

3-4тт.— Четыре раза поднять и опустить локти вниз («крылышки»).

5-6тт. — приседая и вставая, четыре раза колени вправо-влево («хвостики»).

7-8тт. — четыре хлопка перед собой. Бег по кругу взявшись за руки (усложнение: подскоки по кругу). Все повторить два раза.

**«Лошадки»** - выполняются движения под речитатив:

«Эй, лошадки, все за мной! Поспешим на водопой!» - подскоки или бег с высоким поднятием бедра по кругу, руки в кулачках на поясе,

«Вот широкая река, в ней хорошая вода. Пейте! Хорошая водица!» - плавно разводим руки в стороны (широоокая) и низкий наклон вниз (пьем).

«Постучим-ка мы копытцем!» - четкие ритмичные притопы с ускорением, а затем с замедлением темпа - по показу педагога.

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

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

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

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

Друг за другом мы идем,

Дружно песенку поем.

Выходи скорей на луг,

Образуем быстро круг.

Вот кузнечик проскакал.

Что такое он сказал?

Он сказал: «Ребята, дружно

Прыгать, как и я, вам нужно»!

Пролетела стрекоза,

Машет крыльями она

И стрекочет: «Эй, народ,

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

Сколько разных тут цветов,

Всяких видов и сортов.

Мы букеты собираем,

Но колени не сгибаем - наклоны поочередно к каждой ноге.

А вот гуси полетели,

Мы от радости присели,

Дальше так гуськом пойдем,

Много нового найдем - ходьба в присядке.

А теперь посмотрим мы,

Кто рекорд побьет длины.

Кто вот этот ручеек

Перепрыгнет поперек. - перепрыгивание через «ручей».

Стой, друзья, здесь остановка,

Потанцуем все мы ловко! - все дети танцуют под веселую музыку, изображая  
разных лесных жителей.

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

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

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

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

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

#### **Тема 5. Танцевальные игры.**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## **Общие методические рекомендации по ведению занятий**

### **«Обучение хореографии»**

С первых минут на занятиях хореографией очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи.

Прежде чем переходить сразу к разучиванию танцев, необходимо сделать связь музыки с движением привычной, естественной. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения.

Обучение движению обычно начинается с наименования упражнения, показа и объяснения техники. Это необходимо для зрительного образа и последующего осмысления движений. Объяснение техники должно быть лаконичным, целенаправленным, понятным. Вначале второстепенные детали и тонкости движения опускаются.

Первый раз движение показывается с полной амплитудой, с соблюдением всех требований, предъявляемых к его характеру и форме. Это нужно для того, чтобы занимающиеся поняли, каков идеал, к которому они должны стремиться. Далее можно демонстрировать отдельные части движения с меньшей амплитудой или в более медленном темпе, сосредотачивая внимание на важных деталях.

После первого исполнения упражнения детьми преподаватель разъясняет, были ли допущены ошибки и какие. Затем следует вторичный образцовый показ. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении. Занятие не должно быть монотонным.

Необходимо разнообразить задания, чтобы они всегда оставались занимательными для воспитанников. В занятие лучше включать такие движения и упражнения, которые оказывают разностороннее воздействие на организм занимающихся. Это построения и перестроения; разновидности ходьбы, бега и прыжков; общеразвивающие и специальные упражнения на активацию мышечного чувства, на тренировку отдельных групп мышц и подвижности суставов. В то время, когда звучит музыка, педагогу не стоит считать вслух, так как это притупляет восприятие мелодии ребенком.

На протяжении всего занятия и особенно на его начальных этапах очень важно следить за формированием правильной осанки детей. Для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры.

Заканчивать занятие следует элементарной растяжкой, или «стречингом», танцевальной игрой или несложным упражнением из темы «танцевальные образы». Это действует успокаивающе. И, конечно, начинать и заканчивать занятие будет традиционно – поклоном, хореографическим знаком вежливости.

## **Лист изменений и дополнений Программы**