

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 38 «Золотой улей»
Бугульминского муниципального района Республики Татарстан

СОГЛАСОВАНА
Старший воспитатель
Т.Р.Каримова
«31» 08 2021г.

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
(Протокол
От «31» 08 2021г. № 1)

УТВЕРЖДАЮ:
и введена в действие
приказом заведующий МБДОУ
«Детский сад №38 «Золотой улей»
№ 122 от «01» октября 2021г.
В.И.Синягав



**Рабочая программа дополнительного образования
Хореографического кружка «Грация»**
Направленность: художественно-эстетическая
Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 6-7 лет
Срок реализации: 01.10.2021 – 31.05.2022 (60 часов)

Разработчик:
Норкина Ольга Александровна

г. Бугульма, 2021г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела». Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. Все движения выполняются под высокохудожественную музыку (классическую, народную), также используются современные композиции и сюжетно-тематические произведения, что позволяет развивать в детях эстетический вкус чувства и осуществлять нравственное воспитание. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка, для этого и вводится название – ритмика. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у дошкольников способностей.

Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у детей творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца - музыки, движения и игры.

Актуальность программы

Программа ориентирована, во-первых, на всестороннее развитие личности ребенка, его неповторимой индивидуальности; во-вторых, обусловлена возможностью предоставления ребенку соответствующих условий для удовлетворения разнообразных интересов, склонностей, развития творческих способностей, т.к. предмет ритмика и танец обладает большим потенциалом эмоционального, психологического, социального воздействия. Оно способно оказывать мощное влияние на развитие личностных качеств детей, тех, которые могут быть сформированы в совместной музыкально-творческой деятельности. К ним в первую очередь следует отнести способность к импровизации, спонтанность, гибкую и тонкую эмоциональность, навыки невербального общения, умение сотрудничать и взаимодействовать, решать задачи и проблемы творчески, а затем умение находить в музыке и движениях средства гармонизации своего внутреннего мира.

ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ: гуманистическая, которая заключается в том, чтобы развивать природную музыкальность ребенка, формировать и развивать творчески активную, эмоционально – отзывчивую, духовно – богатую личность ребенка, а также игровое развитие способности к естественному самовыражению в движениях на основе разнообразной танцевальной культуры.

ЗАДАЧИ:

- привлечь внимание детей к богатому и разнообразному миру звуков, формирование элементарных хореографических знаний, умений и навыков.
- развивать ассоциативное мышление и воображение; чувство ритма и музыкальный слух;
- формировать у детей чувство коллективизма и ответственности, выдержку, настойчивость в достижении цели;

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

На 7-ом году жизни у ребенка совершенствуются основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребенком правил поведения. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения - сила, уравновешенность и подвижность также несколько совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий в кружке ритмики, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки, свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. При подвижных движениях необходимо ставить точные задачи, контролировать ход занятия. К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия. Поэтому дети на занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию воспитателя от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц. Основу для ритмических композиций составляют простые, разнообразные движения

Ожидаемые результаты обучения

К концу учебного года дети должны уметь:

- Ориентироваться в характере, темпе, ритме музыки.
- Уметь свободно и легко исполнять упражнения на координацию корпуса, рук, ног, головы.
- Уметь сочинять элементарные образные движения.
- Владеть простейшими правилами поведения на сцене.

Занятия по данной программе будут способствовать: развитию координации движений дошкольников, воображения, отработке механизмов межличностной коммуникации, воспитанию внимательного отношения друг к другу, умению искренне радоваться достижениям своих товарищей, желанию помочь им в преодолении встречающихся трудностей

Учебный план

№	Название разделов	Кол- во часы (теория)	Кол – во часы (практика)
1.	Введение	1	-
2.	Азбука музыкального движения	2	6
3.	Азбука танцевального движения	2	8
4.	Азбука ритмопластики	2	5
5.	Азбука жеста	3	6
6.	Детские танцы	3	24
7.	Итоговые занятия	-	2
8.	Итого	13	51

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ ТАНЦЕВАЛЬНОГО КРУЖКА

СЕНТЯБРЬ

Анкета «Музыкальные предпочтения» Творческая лаборатория	Определение посредством анкетирования родителей интереса и склонностей детей в сфере двигательной активности. Формирование состава танцевальной группы детей Составление плана работы кружка ритмики и танца.
---	--

ОКТЯБРЬ

Программное содержание: формировать представление о различных темпах музыки (“музыка бывает быстрая и медленная”); развивать чувство ритма: учить прохлопывать простой ритмический рисунок; учить передавать характер музыки в движении

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве: 2. Общеразвивающие упражнения:	Ходьба по залу, упражнение на координацию рук, мелкий бег, широкий бег, прямой галоп, боковой галоп, поскоки, пружинистый шаг. Ходьба враспынную, по большому кругу. Перестроение из колонны в шеренги. Ритмическая гимнастика с осенними листьями «Разноцветная осень»: Попеременное поднятие вытянутых рук и головы, опустить руки и голову. Взмах руками вверх через стороны, опустить постепенно, листочки подрагивают в руке. «Ветер». Наклоны с листьями над головой в стороны. Наклон вперёд, показываем листья. Присесть, положить листья, выпрямиться. Присесть, взять листья, встать. Сидя. Положить листья на ноги и вести их к носочкам ног и обратно. Лечь, попеременное касание листья согнутой в колене ноги. Лёгкий бег на месте, кружение.
3. Игроритмика: 4. Ритмический танец: 5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки: 6. Зрительная гимнастика:	Упражнение на дыхание: «качалочка» вправо – влево, на выдох звук «ш-шш» Хлопки на каждую долю такта с пружинкой. Игра «А ну-ка, повтори». «Карпузы» (одноимённая песня Р. Газманова) Релаксация под звуки криков дельфина Взглядом нарисовать лодочку, радугу, круг. Поморгать, закрыть глаза. Открыть.

НОЯБРЬ

Программное содержание: развивать у детей творческую познавательную активность, любознательность, стремление к самостоятельному познанию и размышлению, умение делиться с окружающими людьми приобретенным опытом.

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве:	Ходьба по залу, марш с хлопками, упражнение на координацию рук и ног, бег на носочках «змейкой», поскоки, боковой галоп, дробный шаг, хороводный шаг. Перестроение из колонны в шеренгу, движение по кругу в разных частях зала. Полуоборот направо.
2. Общеразвивающие упражнения:	«Маятник» Перед этим движением необходимо выполнить следующие упражнения: - основное положение ног, - предложить детям представить, что он оловянный солдатик и медленно покачиваться перенося тяжесть тела с одной ноги на другую при чём надо говорить детям, чтобы ступни от пола не отрывались и детки чувствовали пол всеми пальцами ног. При этом корпус должен не наклоняться в бок, в сторону движения, а равномерно смещался относительно от вертикальной. Упражнение на дыхание.
3. Игроритмика:	Ходьба на носочках-пяточках, дробным шагом по залу. Хлопки на сильную долю такта. Игра «Круг дружбы».
4. Ритмический танец:	«Танцкласс» (песенка Метро” из сборника Е. Железновой “10 мышек”).
5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:	Релаксация под звуки морского прибора
6. Зрительная гимнастика:	Движение глаз по тексту: Прилетела стрекоза. (глаза закрыты) Как горошины глаза, (широко открыть глаза) А сама, как вертолёт Вправо, влево, вверх, вперед.

ДЕКАБРЬ

Программное содержание: Развивать пластику движений с использованием различных предметов, атрибутов, элементов костюма;

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве:	Ходьба по залу, упражнение на координацию рук, мелкий бег по кругам разного цвета, прямой галоп, боковой галоп со сменой направления движения, поскоки, хороводный шаг. Ходьба в рассыпную, по большому кругу, смена направления движения. Перестроение в три колонны.
2. Общеразвивающие упражнения:	Ритмическая гимнастика «Пеликаны»: Вытягивание шеи вверх. Поднимание руки через сторону вверх, опустить. Повороты назад, противоположную руку вы тянуть перед собой, вправо, влево. Наклон вперёд. Руки в стороны. Присесть, голову наклонить, встать, голову поднять. Лёжа, руки соединить «клюв», перекат вперёд –назад. Лёжа, руки пол подбородок. Согнуть попеременно ногу в колене, выпрямить «отряхивают лапки». Прыжки на месте, руки внизу в стороны. Тройные хлопки на ритмический рисунок музыки вправо, влево.
3. Игроритмика	Игра «Найди своё место»
4. Ритмический танец:	«Зимние кружева»
5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:	Встать в круг, соединить свои ладони с соседними. Закрывать глаза, поднять руки, по сегментное расслабление мышц. Движение глаз за ориентирами:
6. Зрительная гимнастика:	В небе солнышко сияет в речке рыбок веселит, ветер листьями играет, а сова спокойно спит, ей приснился сладкий сон, вот исполнился бы он..

ЯНВАРЬ

Программное содержание: умение воспринимать музыку как средство эстетического и культурного воспитания личности; развитие у детей музыкального слуха, координации движений, формирование двигательных умений.

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве:	Ходьба по залу, упражнение на координацию рук и ног, бег на носочках по диагонали, поскоки, боковой галоп лицом, спиной в круг, Образное движение «Обезьянки», ходьба змейкой, марш с остановкой.
2. Общеразвивающие упражнения:	Ритмическая гимнастика «Лепка снеговика»: Наклон головы вправо, влево с выпрямлением. Попеременное поднимание рук вверх со сменой темпа. Повороты в сторону с хлопком «берём снег». Наклон вниз, вперёд - «лепим снеговика». Выпад вправо-влево «смотрим, какой получился». Сидя, руки к себе, вперёд – «лепим второй ком». лёжа, прижать руки к коленям, перекат вправо- влево «лепим третий ком». Лёжа, вытянуть ноги и руки вдоль туловища. Одновременное поднимание ноги и руки .Упражнение на дыхание лёжа. Поднять руки и вести их по полу со словом «Ох».
3. Игроритмика:	Хлопки по ритмическому рисунку музыки, образное движение»паровоз едет».
4. Ритмический танец:	Игровой этюд «По секрету, всему свету» «Где живут чудеса?» (движения по тексту песни).
5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:	Стойка, руки сцеплены за спиной. Релаксация под тихую медленную музыку, плавные движения рук и ног.
6. Зрительная гимнастика:	Движение глаз за ориентирами: Рано утром по порядку вышли звери на зарядку: И котик, и зайчишка, и косолапый мишка. Даже Кеша-акробат физкультуре очень рад. Все вокруг стараются, спортом занимаются.

ФЕВРАЛЬ

Программное содержание: Развитие необходимых двигательных навыков, повышение функциональных возможностей внутренних органов и систем; совершенствование психомоторных способностей детей.

<p>1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги</p> <p>2. Общеразвивающие упражнения:</p> <p>3. Игроритмика</p> <p>4. Ритмический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p> <p>6. Зрительная гимнастика:</p>	<p>Ходьба по залу по ориентирам, со сменой направления, марш с ритмичным сжиманием рук в кулаки, бег на носочках змейкой в одну и другую сторону, поскоки, захлест голени назад, ходьба полуприседа, хороводный шаг, перестроение.</p> <p>Ритмическая гимнастика «Пограничники»: Встать на носочки, руку приложить ко лбу. Выпад в стороны, руки ко лбу. Присесть, постепенно лечь, затем встать. Ползание вперед –назад. Перекаат лёжа вправо – влево. Приставной шаг вправо –влево. Прыжки по 4 точкам. Упражнение на дыхание со словом «Ш – ш – ш» Попеременные хлопки и притопы под музыку. Игровой этюд «Облака»</p> <p>Танец «Диско»</p> <p>Релаксация лёжа с закрытыми глазами «У берега моря»</p> <p>«Маятник» движение глаз вправо – влево под музыку</p>
--	---

МАРТ

Программное содержание: Углублять знаний об истории, традициях и культуре родного края, формировать у подрастающего поколения чувства национальной гордости за родной язык и культуру.

<p>1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги: 2 . Общеразвивающие упражнения:</p> <p>3. Игроритмика</p> <p>4 .Лирический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p> <p>6. Зрительная гимнастика:</p>	<p>Ходьба по залу попеременно с маршем на месте , со сменой положения рук, бег на носочках по большому кругу, двум маленьким кругам, прыжки, припадание, перестроение в 4 колонны.</p> <p>Ритмическая гимнастика «Кузнецы» Поднять руки, стукнуть рукой о руку над головой. То же самое вправо – влево.Те же движения вперёд. Присесть, стукнуть по колену. Сесть, вытянув ноги в стороны, наклониться к ноге и стукнуть у носочка ноги со словом «тук». «Наковальня»(мостик) Лёжа махи ногами поочерёдно вверх -вниз Прыжки ноги и руки стороны, вместе с хлопком над головой. Упражнение на дыхание «раздуваем меха» «Музыкальное эхо»</p> <p>«Татар биюлэре»</p> <p>Релаксация под звуки курая</p> <p>«В небе солнышко сияет...»</p>
--	--

АПРЕЛЬ

Программное содержание: Развитие выразительности пластики, воспитание умения вести себя в группе во время движения; способствовать развитию умения радоваться и сопереживать, формирование чувства такта.

<p>1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги:</p> <p>2. Общеразвивающие упражнения:</p> <p>3. Игроритмика:</p> <p>4. Ритмический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p> <p>6. Зрительная гимнастика:</p>	<p>Ходьба по залу по ориентирам, со сменой ведущего, бег в «воротики», змейкой, поскоки, «улитка» хороводным шагом, перестроение.</p> <p>Ритмическая гимнастика с цветами: Поднять – опустить цветы. Качание рук над головой. Пружинка с попеременным выставлением рук вперёд. Взмах рукой в сторону с отставлением ноги. Присесть, постепенно встать. Выпад вперёд с плавными движениями рук вперёд –назад. Кружение, руки над головой. Повтор первого упражнения. «Слушай, смотри, повтори»</p> <p>«Полька с цветами» («Полька», муз. Рахманинова).</p> <p>Встать в круг, поднять цветы, опустить со словом «ах»</p> <p>Проследить за цветами «Найди цветок по названию»</p>
--	---

МАЙ

Программное содержание: Предоставить возможность желающим детям самим себя оценить, проанализировать свои успехи и, возможно, неудачи; отметить успехи и достижения детей; использовать приемы для достижения эмоционального комфорта и радости от прошедшего занятия.

<p>1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги:</p> <p>2. Общеразвивающие упражнения:</p> <p>3. Игроритмика:</p> <p>4 .Ритмический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p> <p>6. Зрительная гимнастика:</p>	<p>Ходьба по залу по ориентирам, в круг – из круга; бег на носочках по диагонали, обратным ходом, враспынную, ползание «раки», переменный шаг, перестроение.</p> <p>Ритмическая гимнастика «Друзья» (в парах): «Лодочка» - поднять соединённые руки – опустить. Наклоны вправо – влево. Пружинка с выставлением ноги на носочек. Встать спинами, сцепить локти, наклониться вперёд. В том же положении: присесть – встать. Сесть лицом друг к другу, ноги в стороны. Соединить ладони, выпрямиться. Лечь лицом друг к другу «велосипед» Встать, прыжки на одной ноге, взявшись за руку. Упражнение на дыхание, как № 1.</p> <p>Игра превращение «Пластилиновая ворона»</p> <p>«My Byfriend» (из репертуара гр. «Непоседы»)</p> <p>Соединиться спинами, встать прямо, постепенно присесть и расслабить мышцы ног и рук, опираясь на спину товарища.</p> <p>Встать парами напротив друг друга. Посмотреть на товарища, затем на картинку позади него.</p>
--	---