


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №82 «ПОДСОЛНУШЕК»

Согласовано
Старший воспитатель
 Э.Ф.Шагалиева
«31» 08 2023г.

Введено в действие
Приказом заведующего МБДОУ
«Детский сад №82 «Подсолнушек»
«31» 08 2023г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Детский сад №82 «Подсолнушек»
 Р.С.Исаева
«31» 08 2023г.
Рассмотрено и принято
на заседании педагогического
совета от «31» 08 2023г.
Протокол № 1

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
по обучению детей хореографии
«Музыкальная мозаика»**

Составила:
Музыкальный руководитель
Заляева М.У.

г. Набережные Челны,
2023г.

Пояснительная записка

Духовная жизнь ребенка полноценна лишь тогда, когда он живет в мире игры, сказки, музыки, фантазии, творчества. Без этого он – засушенный цветок.

В. Сухомлинский

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.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

Цель – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать

музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи:

1. **обучающая** - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
2. **развивающая** – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;
3. **воспитательная** – воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в пар.

Актуальность программы.

Актуальность данной программы заключается в том, что она ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Примерный план организации занятия по хореографии.

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- партерная гимнастика
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

- музыкальная игра
- построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

Содержание программы.

1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? П.э.- это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

4. Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Музыкальная мозаика».

5. Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность. Народные комбинации в дальнейшем будут

составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды построенными на данных движениях.

6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7. Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

Особенности развития детей дошкольного возраста:

Особенности развития детей младшего дошкольного возраста 3 -4 лет.

Дети 3-4 лет находятся в переходном периоде — от раннего детства к дошкольному. Еще сохраняются черты, характерные для предыдущего возрастного периода, но уже происходит переход от ситуативной речи к связной, от наглядно-действенного мышления к наглядно образному, укрепляется организм, улучшаются функции мышечно-двигательного аппарата. У детей появляется желание заниматься музыкой и активно действовать. Умение выполнять несложные движения под музыку дает ребенку возможность более самостоятельно двигаться в музыкальных играх, плясках. Дети младшего дошкольного возраста 3-4 лет чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движения, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер.

Занятия хореографией в этом, достаточно раннем возрасте способствуют хорошему физическому развитию, прививают любовь ребенка к осознанной двигательной активности, развивают внимание, собранность, зрительное восприятие, коммуникабельность,

дисциплинирует ребенка. В общих танцевальных этюдах не «отсидишься в уголке», надо обязательно взаимодействовать со своими товарищами – становиться в пару, в общий круг.

У детей от 3 до 4 лет формируется способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым (хлопать, притопывать ногой, полуприседать, совершать повороты кистей рук), умение начинать движения с началом музыки и заканчивать с ее окончанием.

При систематических занятиях с раннего возраста осанка, фигура и физическое здоровье сохраняются на всю жизнь!

Особенности развития детей среднего дошкольного возраста 4 -5 лет.

На 4 -5 году формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети учатся самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки. На 4 -5 году жизни дети чувствуют смену контрастных частей музыки. Могут выполнить и усвоить небольшие музыкальные задания. Но они еще плохо ориентируются в пространстве, поэтому педагог учит двигаться в соответствии с ярко – контрастным характером музыки, в различном темпе реагировать на начало и окончание звучания музыки, исполнять простейшие движения, передавать несложные имитационные движения игровых образов (птички летают, лошади скачут, зайчики прыгают и т.д.) На 4 -5 году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности. На 4 -5 году жизни у детей уже есть опыт слушания, они могут узнавать знакомые мелодии, определять характер музыки и некоторые средства музыкальной выразительности (динамика – громко, тихо; темп – быстрый, медленный). Движения становятся более ритмичными, четкими, согласованными с началом и окончанием звучания музыки. Дети выполняют более разнообразные движения (боковой галоп, движения парами, притоп одной ногой, выставление ноги на пятку и т.д.) и могут двигаться в соответствии с менее контрастным характером музыки.

Особенности развития детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет

На 5–7 году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Проявляются элементы творчества во всех видах деятельности, осмысленнее воспринимает музыку. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и

воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца. Дети 5–7 лет способны осмыслить указания педагога и, опираясь на имеющийся опыт, без показа выполнить некоторые музыкально–ритмические задания. Они с большим увлечением соревнуются в нахождении новых сочетаний знакомых плясовых движений, конечно, эти попытки детей в придумывании своего танца еще не уверенные. Движения однообразны, чувствуется их некоторая скованность. Дети иногда очень нерешительно включаются в такие задания. Но к концу года многие могут достаточно выразительно передать в танце характер, настроение, имеют большой запас основных танцевальных движений, устойчивых музыкально – ритмических навыков. На 5–7 году жизни у ребенка совершенствуется 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. К 5–7 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по–прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия.

Систематические занятия детей дошкольного возраста в кружке ритмики очень полезны для физического развития, улучшается осанка, укрепляются мышцы и связки, совершенствуются движения. Постепенно все начинают легче и грациознее двигаться, становятся раскованными, приобретают свободу, координацию, выразительность движений. Все это требует известных усилий, но и доставляет большую радость, удовлетворяя потребность в эстетических переживаниях и впечатлениях.

Превышением данной программы от основной образовательной программы является:

1. Точное усвоение навыков координации движений, музыкальности;
2. Развитие артистичности;
3. Подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков: координации, ловкости, силы выносливости гибкости правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника, музыкально-пластической выразительности, активизации специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной.

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Продолжительность занятия по СанПину:

Младшая группа 15 минут

Средняя группа: 20 минут

Старшая группа: 25 минут;

Подготовительная группа: 30 минут

Практическая значимость занятий:

Насыщенность, динамичность, яркая эмоциональность, игровая форма занятия не даёт детям скучать, ибо без интереса, без удовольствия невозможно добиться у занимающихся полного сокращения мышц, волевого усилия при исполнении движений, без чего нельзя привить новый навык. Использование такой структуры занятия даёт ощутимые результаты: к концу обучения, используя простые движения и несложные комбинации, дети демонстрируют навыки артистического перевоплощения в небольших сюжетных танцах и миниатюрах.

Формы контроля: открытое занятие в конце года, выступления на утренниках, участие в развлечениях.

Планируемые результаты:

1 год обучения (2 младшая группа)

Коллективно-порядковые навыки и умения: знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем; ориентироваться в зале, строиться в шеренгу; выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку; овладевают навыками ритмической ходьбы; Музыкально-ритмические навыки и умения: хлопать и топать в такт музыки; в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

2 год обучения (средняя группа)

После первого года обучения занимающиеся дети знают о назначении отдельных упражнений ритмики. Знают основные танцевальные позиции ног и рук. Желают двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок; ставить ногу на носок, пятку. Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, кружение по одному и в парах, неавтоматизированный подскок. Имеют представление о степе. Могут выполнить основной шаг на степе (без требования синхронизации, игровые упражнения на степе. Умеют выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

3 год обучения (старшая группа)

По окончании второго года обучения занимающиеся дети выразительно самостоятельно двигаются под музыку. Умеют передавать несложный ритмический рисунок хлопками и притопами. Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности. Владеют навыками передвижения по залу. Приобретают «*базу движений*» в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Выполняют танцевальные движения и шаги: реверанс и поклон, перенос веса тела с одной ноги на другую, «*ковырялочка*», хороводный шаг, приставной боковой шаг, боковой галоп, боковой галоп в паре, бег с захлестом голени, автоматизированный подскок, шаги бальной польки (*на шагах прямого галопа*). Выполняют базовые шаги и упражнения на степе. Умеют исполнять ритмические и танцевальные композиции, в т. ч. на степе.

4 год обучения (подготовительная группа)

После третьего года обучения занимающиеся дети умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами танцевального движения. Умеют самостоятельно исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку. Выполняют танцевальные движения: шаг с носка, шаг с притопом, переменный шаг, шаг польки, шаг бальной польки, русский народный поклон. Выразительно и ритмично исполняют движения с предметами, атрибутами. выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, выполнять танцевальные движения: шаг с притопом; приставной шаг с приседанием; пружинящий шаг; боковой галоп; переменный шаг; национальные присядки; простейшие дробы; вертушки и кружения; выразительно и ритмично исполнять танцы согласно репертуарного плана; выполнять упражнения народно-сценического и классического экзерсиса; выполнять «Поклон – приветствие», «Поклон – приглашение»; выполнять элементы классического и народно-сценического урока; выполнять элементы русской и татарской пляски, русские народные танцы «Коробейники», «А я по лугу гуляла»; исполнять: «Фигурный вальс», «Самба», «Полонез», «Рок-н-ролл», «Танго»; исполнять хореографические композиции: «Не боимся мы дождя», «Пришла Зима», «Красная ромашка».

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек:

Гимнастический купальник (белый). Юбочка шифоновая (в тон цвету купальника). Балетки белого цвета, носки или лосины. Волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков:

Футболка белого цвета. Шорты темного цвета. Балетки белого или черного цвета.

Перспективный план
по хореографии для 2 младшей и средней группы.

Структура занятий	Цели и задачи	Репертуар	Сроки
<p>8 занятий</p> <ul style="list-style-type: none"> • разминка • растяжка • изучение несложных движений 	<ul style="list-style-type: none"> • развитие различных мышечных систем тела: головы, шеи. плеч. грудной клетки. таза. рук. ног и т.д. • развивать силу, выносливость, ловкость. гибкость, координацию движений, умение преодолевать трудности, закалять волю. 	<p>Диджей «Бабо»</p>	<p>сентябрь</p>
<p>8 занятий</p> <ul style="list-style-type: none"> • разминка • растяжка • изучение несложных движений <p>1. Разучивание танца «Виноватая тучка»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • развитие различных мышечных систем тела: головы, шеи. плеч. грудной клетки. таза. рук. ног и т.д. • развивать силу, выносливость, ловкость. гибкость, координацию движений, умение преодолевать трудности, закалять волю. • укреплять здоровье детей • способствовать становлению чувства ритма, темпа, исполнительских навыков в танце и худ.вкуса. • формировать красивые манеры, походку. осанку, выразительность телодвижений и поз • избавлять от стеснительности, зажатости. комплексов • улучшение гибкости • развитие специальных данных и корректирующих недостатков природной осанки ребенка. • развитие танцевального шага. подскока • учить ориентироваться в пространстве. • учить танцевать в коллективе 	<p>Диджей «Бабо»</p> <p>детская песня «Виноватая тучка»</p>	<p>октябрь</p>
<p>8 занятий</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разминка • Растяжка • Изучение движений <p>1. «Выпады» 2. «Пружинка» 3. Постановка танца «Виноватая тучка» и разучивание танца «Тридцать три коровы»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учить ориентироваться в пространстве • Учить точно и четко выполнять упражнения • Учить различать понятие «тянем носочек» и «ножки утюгом» • Учить детей входить в роль • Учить соединять два движения в кругу по двое и хлопки в паре. 	<p>Диджей «Бабо»</p> <p>детская песни «Виноватая тучка» и «Тридцать три коровы»</p>	<p>ноябрь</p>
<p>8 занятий</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учить шаги влево, вправо, вперед, назад • Разрабатывать движение том и бедром 	<p>Диджей «Бабо»</p>	<p>декабрь</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Разминка • Растяжка • Изучение движений <p>1. «Выпады», «Пружинка»</p> <p>2. Упр -е «шаги в лево и направо»</p> <p>3. «Пружинка с шагом»</p> <p>4. Постановка танца «Тридцать три коровы»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учить соединять два движения шага и пружинку. • Учить ходить змейкой 	детская песни «Виноватая тучка» и «Тридцать три коровы»	
<p>8 занятий</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разминка • Растяжка • Изучение движений <p>1. Упр -е «шаги в лево и направо», «Поезд»</p> <p>2. «Пружинка с шагом»</p> <p>3. «Маршевые шаги»</p> <p>4. Разучивание татарского танца «Помогаем маме»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей становить быстро поездом. учить запоминать свои места • Учить шагу с быстрым подниманием колена • Учить шаг с притопом на месте • Учить хороводный шаг 	<p>Диджей «Бабо»</p> <p>Татарская плясовая</p>	январь
<p>8 занятий</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разминка • Растяжка • Изучение движений <p>1. «Поезд», «Прятки»</p> <p>2. «Маршевые шаги»</p> <p>3. «Прыжок». «Прыжок с разведением ног».</p> <p>4. Постановка татарского танца «Помогаем маме»</p> <p>5. Разучивание танца «Дождя не боимся»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учить быстро собраться в «клубочек», спрятаться • Учить прыгать с разведением ног в стороны • Учить ходить змейкой • Учить танцам с предметом в руках • Учить делать пружинящий шаг. 	<p>Татарская плясовая</p> <p>детская песня «Дождя не боимся»</p>	февраль
<p>8 занятий</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разминка • Растяжка • Изучение движений <p>1. Постановка танца «Дождя не боимся»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учить выполнять пройденные движения в едином темпе 	детская песня «Дождя не боимся»	март
<p>8 занятий</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разминка • Растяжка <p>Изучение движений</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учить выполнять пройденные движения в едином темпе. • Учить делать движения в паре (хлопки, притопы). 	<p>Татарская плясовая</p> <p>Ритмические композиции</p>	апрель

1. Разучивание танца «Дружба»			
8 занятий <ul style="list-style-type: none"> Разминка Растяжка Повторение всех пройденных движений <ul style="list-style-type: none"> Постановка танца «Дружба». 	<ul style="list-style-type: none"> Учить выполнять пройденные движения в едином темпе Учить соединять движения в паре. 	Диджей «Бабо» Татарская плясовая Ритмические композиции	май

Перспективный план
по хореографии для старшей и подготовительной группы.

№	Тема занятия	Содержание занятия	Кол.часов
М/с	Сентябрь. Октябрь	4	
1	Давайте познакомимся!	Знакомство с детьми. Что такое танец? Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии.	1
2	Азбука танца	Положение рук на талии, позиции ног и рук: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	1
3	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.	Разновидности танцевальной ходьбы и бега, поскоки с ноги на ногу.	1
4	Упражнение с предметами	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук Танцевальный шаг с носка, переменный шаг, шаг на носок одновременно с различными положениями рук.	1
М/с	Ноябрь. Декабрь	8	
1	Азбука танца	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танцевальные шаги с носка. Приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, в круг.	1
2	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.	Упражнения для пластики рук. Поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.	1
3	Танцевальные элементы и композиции.	Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре. Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота».	1
4	Постановка танца - этюда: «Олени».	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движение.	1
5	Знакомство с новогодними танцами: «Льдинки», «Подснежники», «Цветочная поляна».	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.	1
6	Упражнение для развития чувства ритма « Бубен на двоих», «Чудесные ложки».	Притопы по одному удару ногой, по 2, 3, 4. Хлопки руками и вместе с предметами.	1
7	Упражнение на ориентирование в пространстве «Рисунок танца»	Построение круга из шеренги и обратно. «Круг», шахматный порядок, «птичка», «колонна» и обратно.	1

8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту.	1
М/с	Январь	8	
1	Коллективно – порядковые упражнения: «Зеркало».	Разминка в круг. Упражнения для пластики рук. Партнеры стоят напротив друг друга и выполняют упражнения. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Движения рук, ног, головы.	1
2	Танцевальные движения с воображаемым предметом: «Мячики», «Достаем яблоки»,	Прыжки на ногах, на одной ноге. Пружинка-легкое с приседанием, приставной шаг с выставлением ноги вперед, кружение по парам и шаг цепочкой. Импровизация: «Мы мячи» с различным положением рук, «Чайник»	1
3	Музыкальные ролевые игры: «Пойдем в гости»	Дети подражают разных птиц и зверей.	1
4	Изучения северного сюжетного танца «Радость тундры».	Знакомство с танцем: основные положение рук, ног, головы, корпуса северного танца.	1
5	Основные движения	Положение в паре; «ковырялочка», притопы, горловое пение. Изучение основных прыжков и танцевальных шагов. Танцевальные движения с продвижением из «круга» в «птичку», из «колонны» в шахматный порядок и из линии в «круг».	1
6	Упражнения на расслабления мышц.	Прыжки вокруг себя, с продвижением вперед, назад. Прыжки с переменной ног. Подскоки.	1
7	Постановка танца «Радость тундры»	Перевязка танцевальных движений с рисунком танца.	1
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту. Работа над техникой исполнения танца..	1
М/с	Февраль	8	
1	Коллективно – порядковые упражнения: «Узоры».	Поклоны якутского танца. Поднимание ноги на носок, одновременно вытягиваем руки вверх, вперед, в сторону, вниз, под мышку и над головой в умеренном и быстром темпе. «Атах тэпси», «Кулун куллурууу», «Кылыыцкай»	1
2	Постановка эстрадного танца: «Стиляги»	Основные элементы танца	1
3	Пространственные упражнения.	Бодрый шаг, обыкновенный шаг, спокойный, пружинящий, мягкий шаг. Прыжки: подпрыгивания на двух ногах с продвижением по кругу.	1
4	Якутский танец	Подскоки с ноги на ногу, движения для рук.	1
5	Прыжки и шаги якутского танца «Стерхи».	Изучение рисунка танца с движениями. Синхронизировать движений.	1
6	Упражнения для развития чувства ритма с предметами: «Флажки»	Упражнения для мышц рук, туловища, шеи.	1
7	Постановка танца «Стерхи»	Работа над техникой исполнения танца Повторение пройденных танцев.	1
8	«Танцуем все!»	Стиляги	1
М/с	Март	8	
1	Упражнение с музыкальными инструментами	Погремушка, барабан, бубен, колокольчик.	1
2	Элементы русского хоровода.	Основные положение рук, ног, головы, корпуса. Выпады, выстукивание, хлопки.	1
3	Музыкальные игры:	«Зайди в домик»	1

4	Украинская полька «Гопак»	Положение в паре, поворот, марш, притопы. Основные элементы (основной ход, движение рук) Постановка танца. Основные движения для мальчиков: «присядки», «хлопки», «притопы». Основные элементы танца: «веревочка», «молоточек», «припадание»	1
5	Изучение элементов русского танца.	Разучивание выученных движений с рисунком танца.	1
6	Рисунок танца.	Перестроение из круга в колонну и обратно. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Работа над техникой исполнения	1
7	Постановка украинского танца.	Подготовка танца к концерту	1
8	«Танцуем все!»	Закрепление готовых танцев	1
М/с	Апрель	8	
1	Коллективно-порядковые упражнения: «Часики», «Мячики»	Разминка с мячами. Упражнение с мячами.	1
2	Танцевальные элементы:	«Змейка», «чак-чак», «чек», «рука в руке», галоп, па балансе, па шаги, па польки.	1
3	Музыкальные игры: «Займи домик»	Образные игры. Перестроение из круга в «птичку» и обратно.	1
4	Азбука танца.	Положение рук в паре, перегибы корпуса вперед и в сторону	1
5	Основные элементы бального танца «Самбо»	Положение в паре, поворот. Чек, рука в руке, волчок, повороты в паре. Основной шаг, движение рук.	1
6	Упражнения на ориентирования в пространстве с предметами.	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. Работа над техникой исполнения. Мяч, обруч.	1
7	Постановка этюда «Самба»	Синхронизировать танцевальных движений с рисунком танца.	1
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту. Повторение пройденных танцев.	1
М/с	Май	8	
1	Коллективно-порядковые упражнения:	Повороты в стороны, наклоны в сторону, вперед и назад. Подъем и опускание рук, плеч, поднимание и опускание руки вместе.	1
2	Танцевальные элементы с предметами: «Платочки», «Хозяюшки»	Шаг с ударом, кружение. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой, прямой галоп, пружинка, подскоки,	1
3	Музыкальные игры: «Ловушка»	Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ.	1
4	Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнение на укрепление мышц спины, ног, рук, корпуса с мячами, с лентами.	1
5	Партерная гимнастика на полу.	«Лягушка», «Свечи», «качели», «пароход», «велосипед». «Тик-так», «мячик», «змеяка».	1
6	Повторение пройденных тем	Закрепление и повторение пройденных тем	1
7	«Танцевальная шкатулка»	Подготовка к отчетному концерту.	1
8	Концерт танцевального кружка: «До встречи!»	Отчетный концерт. Выступление.	1

Методическая литература

1. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. СПб, 1997.
2. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. Москва, Просвещение, 1991.
3. Костровицкая В. Сто уроков классического танца. СПб, 1999.
4. Урунтаева Г. Дошкольная психология, Москва, 1996 .
5. Ветлугина Н.А. Эстетическое воспитание в детском саду, Москва, 1985.
6. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие, Москва, Владос, 2008.
7. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство - пресс, 2001.
8. Барышникова Т. Азбука хореографии, Москва: Айрис Пресс, 1999.

Консультация для родителей

«Всестороннее развитие ребенка средствами музыки и ритмических движений»

«От красивых образов мы перейдем к

красивым мыслям, от красивых

мыслей к красивой жизни и от

красивой жизни к абсолютной красоте»

Платон

В наше социально-ориентированное время, когда жизнь человека стала оцениваться мерой успеха, признания и достижения конкретных целей, всестороннее развитие ребенка средствами музыки и ритмических движений играет немаловажную роль в развитии творческой и гармонично-успешной личности ребёнка.

В жизни каждой семьи наступает момент, когда родители задумываются над тем, в каком творческом направлении «отправить» ребёнка и как его развивать. Очень многие выбирают для своего ребёнка занятия танцем, для малышей, как правило, все начинается с ритмики и ритмических движений. На таких занятиях ребёнок не только научится красиво танцевать, двигаться, держать осанку, но и будет развиваться духовно. Ведь танец - это творчество, танец - это именно тот вид искусства, который поможет ребёнку раскрыться, показать окружающим, как он видит этот мир. Что говорить о том, как важно для девочек и мальчиков понятие «первый танец», ведь они хотят чувствовать себя настоящими принцессами и принцами на балах, как в сказках.

Детские танцы - это изучение основных средств выразительности (движения и позы, пластика и мимика, ритм), которые связаны с эмоциональными впечатлениями маленького человека от окружающего мира. Детский танец начинается с ритмики, где изучение танца начинается с простых движений, зачастую, занятия больше похожи на игру, но в этой игре ребёнок научится тем вещам, которые очень пригодятся ему в жизни. Основная цель на занятиях ритмики с дошкольниками - всестороннее развитие ребенка, развитие музыкальности и ритма на занятиях, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребенка, средствами музыки и ритмических движений.

Для полноценного восприятия музыкальных произведений на занятиях ритмики и его творческого отображения в танце необходимо помочь детям понять специальный язык музыки, его характер, жанр и особенности ритмического рисунка. Для развития творческой исполнительской деятельности в танце, детям нужно более углубленного изучать и понимать особенности того или иного музыкального произведения - это несомненно способствует

совсем иному осмыслению хореографического и музыкального искусств. Это дает детям возможность поднять свой творческий потенциал на иной более высокий уровень и открыть новые интересные возможности в творческом процессе.

На занятиях ритмики предоставляется возможность полноценно развивать индивидуальные особенности каждого ребенка, сформировывать хороший эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребенка.

Гармония (от греч.) – «согласие, лад, красота». Чувство гармонии является наиболее правильной организацией содержания, упорядоченностью структуры предмета, явления, придающей им стройность и законченность. Способность обнаруживать гармонию в жизни, искусстве и вносить её в практику, во всю многообразную нашу жизнь, является великим человеческим умением, приносящим радость бытия всем, кто этим чувством наделен. Немаловажную роль в творческой активности и развитии духовного мира ребенка играет формирование эстетического вкуса. Как же можно развить эстетический вкус?

Эстетический вкус воспитывается, во-первых, благодаря развитию способности ощущать выразительность искусства, понимать язык искусства; во-вторых, теоретическому обучению, в-третьих, творческой и исполнительской деятельности детей на детских утренниках, концертах и творческих вечерах.

Подход к каждому ребенку состоит в том, чтобы помочь раскрыть его творческие таланты, научить общаться, выражать себя, чувствовать себя уверенно в жизни, повысить способность адаптации к различным жизненным изменениям.

Каждый ребенок придумывает танец для выбранной эмоции. Большое удовольствие у детей вызывает именно сочинение своих танцев, где они могли выразить свои чувства в безопасной форме. Интересное наблюдение состоит в том, что в этом возрасте дети неохотно играют отрицательных персонажей, предпочитая изображать принцесс и принцев, но они с энтузиазмом сочиняют танец злости, становясь злостью, исполняя ее танец.

Значимость выражения эмоций через движение состоит в том, что именно таким образом осуществляется знакомство с собственными эмоциями, их принятие, а также развитие психологической способности переживать собственные чувства и принимать их у других. На успешность решения поставленной задачи большое влияние оказывает умение слушать, анализировать и понимать музыкальное произведение, что способствует проявлению более яркого и творческого образа в танце. Навыки музыкального восприятия помогают проследить становление музыкального образа, его характер и чутко воспроизводить ритмический рисунок.

Начиная заниматься танцами в детском возрасте, можно предотвратить возникновение негативных установок, изменить образ мыслей, улучшить отношение к окружающим. Таким образом, танец является чем-то большим, чем просто движения под музыку. Это способ работы над собой, помогающий добиваться успехов в любой сфере деятельности. Он воспитывает те способности, которые управляют взаимодействием духа и тела и помогают

проявлять вовне то, что находится внутри нас. Занятия танцами дарят ребенку радость движения, общения, обогащают его внутренний мир и помогают познать себя.

Пронумеровано, прошнуровано
и скреплено печатью 11
(*Шибтагидияль*) листа
Заведующий МБ ДОИ
Р.С.Исаев

