**Рабочая программа по хореографии**

**для детей 3 - 6 лет**

**Составили:**

**педагоги дополнительного образования**

**Сиберт Г.И., Алпысова А.Ж.**

2023 год

**Пояснительная записка**

В основу программы дополнительного образования по хореографии положена и разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной.

**Направленность программы – оздоровительно-развивающая**

Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

Обучение детей по данной рабочей программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей.

**Актуальность программы:**

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, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на

здоровье детей.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в

движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

**Цель программы:** целостное развитие ребёнка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразны умений, способностей, качеств личности.

**Приоритетные задачи реализации программы:**

—воспитание интереса к музыке;

— развитие гибкости, пластичности, мягкости движений;

— воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству;

— умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной

формой, и музыкальными фразами;

— координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;

— приобщение к совместному движению с педагогом;

— воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем

создания положительного эмоционального настроя;

— психологическое раскрепощение ребенка;

— воспитание умения работать в паре, коллективе;

— понимать и исполнять ритмические движения, названия которых

даются педагогом на французском языке.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

**Принципы:**

• индивидуализации (определение посильных заданий с учётом

возможностей ребёнка);

• систематичности (непрерывность и регулярность занятий);

• наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);

• повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);

• сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

**Методические приемы:**

*Игровой метод.* Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

*Наглядный метод* – выразительный показ под счет, с музыкой.

*Метод аналогий*. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

*Словесный метод.* Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

*Практический метод* заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

**Отличительные особенности программы:**

Отличительной особенностью программы является комплексность отхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы.

Данная комплексность основывается на следующих принципах:

— развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной

активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих

основу детских танцев);

— формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

— формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;

— формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

**Возраст детей:**

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться для детей 3 - 6 лет.

Программа предусмотрена для детей от 3 до 6 лет основной группы здоровья. Программа адаптирована к условиям дошкольной организации.

**Цель:** формирование творческих способностей у детей дошкольного возраста в процессе музыкально-ритмической деятельности в условиях сюжетно-игровых занятий.

**Задачи:**

• формирование и развитие музыкально-ритмических способностей и творческого потенциала детей дошкольного возраста;

• укрепление здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия;

• развитие физических, интеллектуальных, социальных, нравственных, эстетических качеств детей; создание благоприятных условий для их гармоничного развития в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями каждого ребенка.)

А также программа строится с учетом следующих парциальных программ:

**Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи-Дансе Танцевально- игровая гимнастика для детей».**

Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях. Программа рассчитана на один год обучения, реализуется в форме кружковой работы, кружок по ритмике охватывает

детей средней, старшей и группы предшкольной подготовки. Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В программе представлены различные разделы, основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

**Цель:**

Воспитание в детях работоспособности, физической подготовленности и всесторонней развитости средствами танцевально- игровой гимнастики.

**Задачи:**

• укрепление здоровья, формирование правильной осанки, содействие профилактики плоскостопия, развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма;

• формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;

• содействие развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.

**Т. К Барышникова «Азбука хореографии».**

В книге содержатся упражнения партерного, классического и народно- характерного экзерсисов, а также упражнения, помогающие исправить дефекты фигуры

**Н.В. Зарецкая, З.Я. Роот «Танцы в детском саду».**

Особенностью программы является то, что, программа включает в себя изучение двух направлений танцевального искусства: современного и национального, который, в свою очередь, воспитывает в учащихся уважение национальным традициям. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

**Цель:** приобщение детей ко всем видам танцевального искусства- от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до балетного спектакля.

**Задачи:**

• использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;

• использовать этические особенности танца для воспитания нравственности,

дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

• обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций.

**Планируемые результаты освоения программы**

**1 Укрепление здоровья детей и их физическое развитие:**

• Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

**Основные:**

• ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, "с каблучка";

• вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена

(высокий шаг), ходьба на четвереньках, "гусиным" шагом, с ускорением и замедлением;

• бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;

• прыжковые движения — на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед;

• различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок "легкий" и "сильный" и др.

**Общеразвивающие упражнения:**

• на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность);

• упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

**Имитационные движения:**

• различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды — "в воде", "в воздухе"

и т.д.).

**Плясовые движения:**

• элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног,

• сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный

шаг, шаг с притопом и др.

**2 Социально-коммуникативное развитие личности:**

• воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;

• формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);

• воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

**3 Художественно-эстетическое развитие:**

• воспитание интереса и любви к. музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;

• обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями; развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;

• развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп — разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3- частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;

• развитие способности различать жанр произведения — плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец);песня (песня-марш, песня-танец и др.),марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях;

• развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;

• формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;

• развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

**4 Развитие и тренировка психических процессов:**

• тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов — умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения — по фразам;

• развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления — на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);

• развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде», «Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать

настоящей балериной» и.т.д.

**5 Развитие умений ориентироваться в пространстве:**

другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно • выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.).

**Целевые ориентиры и показатели эффективности освоения**

**программы**

Дети знают о назначении отдельных упражнений хореографии. 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 и на пятку. Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах. Знают

основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания творческие игры, специальные задания, используют разнообразные движения в импровизации под музыку. Дети выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку. Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности. Владеют навыками по различным видам передвижений по

залу и приобретают определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Выполняют танцевальные движения: поочерёдное выбрасывание ног вперёд в прыжке; приставной шаг с приседанием, с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд; шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года

обучения. Выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами).

Занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

**Учебно - тематический план**

**СРЕДНЯЯ ГРУППА**

**Общее количество часов – 72**

**Количество в неделю - 2**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Период прохождения**  **материала** | **Перечисление тем** | **Количество**  **часов** | **Итоговые**  **мероприятия** | **Кол-во**  **часов** |
| **Сентябрь** | *Тема 1.*Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.  *Тема 2.*Осенний листопад.  -Познакомить детей с понятиями «осень», «осенние листочки», «осенний листопад».  -Расширять знания детей о понятиях «танец», «ориентировка в пространстве», «ровная спина», «носик смотрит прямо».  -Учить первичным навыкам «находить свое место на краю ковра», «двигаться по краю ковра». | 8 | Осенний  праздник | 1 |
| **Октябрь** | 7 |
| **Ноябрь** | *Тема 3.*Заводные султанчики.  -Познакомить детей с понятиями «зима», «зимние праздники».  -Расширять знание детей о понятиях «линии», «повороты, выпады вправо и влево».  -Учить движения хороводного шага, держась за руки и соблюдая правильную форму круга. | 8 | Праздник  Нового года | 1 |
| **Декабрь** | 7 |
| **Январь** | *Тема 4.*У мамы – кошечки.  -Познакомить детей с понятиями «весна», «мамин праздник».  -Учить передавать характер, мимику, пластику, воображение, через движения с сюжетным наполнением танца.  -Расширять имитационные знания о понятиях «кошечка точит коготки», «умывается», «ползает», «виляет хвостиком», «болтает ножками». | 8 | Праздник  8 марта | 1 |
| **Февраль** | 7 |
| **Март** | *Тема 5.*Пестрые ленточки.  -Развивать музыкально-ритмическую координацию движений, способность выразительно двигаться в соответствии с характером музыки, используя предметы.  -Расширять умение перестраиваться из большого круга в маленький и наоборот, не держась за руки.  -Учить детей движением в работе с лентой: «поочередное поднятие рук», «круговые движения рук», «змейка», «водопад». | 8 | Весенний  праздник | 1 |
| **Апрель** | 7 |
| **Май** | *Тема 6.*Любимые танцы.  -Повторение и закрепление пройденного за учебный год материала.  -Способствовать формированию настойчивости, выдержки в достижении результатов на занятиях хореографией.  -Учиться музыкально, выразительно и эмоционально передавать характерные движения в танце.  *Тема 7.*Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей. | 7 | Показ                 итогового                занятия | 1 |

**Содержание программы.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| С  Е  Н  Т  Я  Б  Р  Ь | Занятие 1-2.  *Вводное занятие.*  Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. | Занятие 3-4.  1. Разминка.  2. Дыхательная гимнастика «Ладошки».  3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».   4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова.  5. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 5-6.  1. Разминка.  2. Дыхательная гимнастика «Ладошки».  3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш»  Г. Свиридова.  5. Музыкальная игра «Заинька-зайка» С.Насауленко.  6. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 7-8.  1. Разминка.  2. Дыхательная гимнастика «Ладошки».  3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш»   Г. Свиридова.  5. Музыкальная игра «Заинька-зайка» С.Насауленко.  6. Игровой самомассаж, релаксация. |
| О  К  Т  Я  Б  Р  Ь | Занятие 9-10.  1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).  2. Дыхательная гимнастика «Погончики».  3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч». | Занятие 11-12.  1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках)  2. Дыхательная гимнастика «Погончики»  3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч»  4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел. | Занятие 13-14.  1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).  2. Дыхательная гимнастика «Погончики».  3. Игровой стретчинг «Достань мяч».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел.  5. Музыкальная игра «Курочки и петушок» С.Насауленко.  6.Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 15-16.  1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).  2. Дыхательная гимнастика «Шарики».  3. Игровой стретчинг «Кошечка».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Листики»  5. Музыкальная игра «Птички» С.Насауленко.  6.Игровой самомассаж, релаксация. |
| Н  О  Я  Б  Р  Ь | Занятие 17-18.  1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп).  2. Дыхательная гимнастика «Насос».  3. Игровой стретчинг «Колобок», «Паровозик». | Занятие 19-20.  1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп).  2. Дыхательная гимнастика «Насос».  3. Игровой стретчинг «Колобок»«Паровозик»  4. Музыкально-ритмическая композиция   «Чунга-Чанга»  В. Шаинского. | Занятие 21-22.  1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп).  2. Дыхательная гимнастика «Насос».  3. Игровой стретчинг «Колобок»«Паровозик»  4. Музыкально-ритмическая композиция   «Чунга-Чанга»  В. Шаинского.  5. Музыкальная игра «Обезьянки и тигр» С.Насауленко  6. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 23-24.  1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп).  2. Дыхательная гимнастика «Насос».  3. Игровой стретчинг «Колобок»«Паровозик»  4. Музыкально-ритмическая композиция   «Чунга-Чанга»  В. Шаинского.  5. Музыкальная игра «Обезьянки и тигр» С.Насауленко  6. Игровой самомассаж, релаксация. |
| Д  Е  К  А  Б  Р  Ь | Занятие 25-26.  1. Разминка.  2. Дыхательная гимнастика.  3. Партерная гимнастика.  4. Исполнение музыкально-ритмических композиций по желанию детей. | Занятие 27-28.  Подготовка к контрольному итоговому занятию. | Занятие 29-30.  Подготовка к контрольному итоговому занятию. | Занятие 31-32.  Итоговое контрольное занятие. |
| Я  Н  В  А  Р  Ь | Занятие 33-34.  1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).  2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».  3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».  4. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 35-36.  1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).  2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».  3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».  4. Музыкально-ритмическая композиция  «Куклы и Мишки»  Д. Кабалевского.  5. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 37-38.  1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).  2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».  3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».  4. Музыкально-ритмическая композиция  «Куклы и Мишки»  Д. Кабалевского .  5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.  6. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 39-40.  1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).  2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».  3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».  4. Музыкально-ритмическая композиция  «Куклы и Мишки»  Д. Кабалевского .  5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.  6. Игровой самомассаж, релаксация. |
| Ф  Е  В  Р  А  Л  Ь | Занятие 41-42.  Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Кошка».  3. Музыкально-ритмическая композиция  «Танцуйте сидя»   Б. Савельева.  4. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 43-44.  Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Кошка».  3. Игровой стретчинг «Коробочка».  4. Музыкально-ритмическая композиция  «Танцуйте сидя»   5. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 45-46.  Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Кошка».  3. Игровой стретчинг «Коробочка» .  4. Музыкально-ритмическая композиция  «Танцуйте сидя»   Б. Савельева.  5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы»  С. Насауленко.   6. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 47-48.  1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Кошка».  3. Игровой стретчинг «Коробочка» .  4. Музыкально-ритмическая композиция  «Танцуйте сидя»   Б. Савельева.  5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы»  С. Насауленко.   6. Игровой самомассаж, релаксация. |
| М  А  Р  Т | Занятие 49-50.  1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».  3. Игровой стретчинг «Корзиночка».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»   М. Спадавеккиа. | Занятие 51-52.  1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».  3. Игровой стретчинг «Корзиночка».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»   М. Спадавеккиа.  5. Музыкальная игра «Аист и лягушки»  С. Насауленко. | Занятие 53-54.  1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».  3. Игровой стретчинг «Корзиночка».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»   М. Спадавеккиа.  5. Музыкальная игра «Аист и лягушки»  С. Насауленко.  6. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 55-56.  1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».  3. Игровой стретчинг «Корзиночка».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»   М. Спадавеккиа.  5. Музыкальная игра «Аист и лягушки»  С. Насауленко.  6. Игровой самомассаж, релаксация. |
| А  П  Р  Е  Л  Ь | Занятие 57-58.  1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Ушки».  3. Игровой стретчинг  «Березка», «Мостик».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова. | Занятие 59-60.  1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Ушки».  3. Игровой стретчинг  «Березка», «Мостик».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова. | Занятие 61-62.  1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Ушки».  3. Игровой стретчинг  «Березка», «Мостик».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.  5. Музыкальная игра «Барашки и волк»  С. Насауленко.  6. Игровой самомассаж, релаксация. | Занятие 63-64.  1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).  2. Дыхательная гимнастика «Ушки».  3. Игровой стретчинг  «Березка», «Мостик».  4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.  5. Музыкальная игра «Барашки и волк»  С. Насауленко.  6. Игровой самомассаж, релаксация. |
| М  А  Й | Занятие 65-66.  Подготовка к контрольному итоговому занятию. | Занятие 67-68.  Подготовка к контрольному итоговому занятию. | Занятие 69-70.  Итоговое контрольное занятие. | Занятие 71-72.  Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей. |
| **Итого: 72 часа** | | | | |

**Учебно- тематический план**

**СТАРШАЯ ГРУППА**

**Общее количество часов – 72**

**Количество в неделю – 2**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Период прохождения**  **материала** | **Перечисление тем теория** | **Количество**  **часов** | **Перечисление тем практика** | **Количество**  **часов** | **Итоговые**  **мероприятия** | **Кол-во**  **часов** |
| **Сентябрь** | *Тема1.* «Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.  *Тема 2. «*Культура поведения  на занятиях хореографии» | 4 | *Тема 1.*  «Волшебная осень» | 4 | Осенний утренник  «Золотая Осень» | 1 |
| **Октябрь** | *Тема 3. «*Культура  поведения  в театре» | 4 | 3 |
| **Ноябрь** | *Тема 4.*  «Танцевальное искусство» | 4 | 4 |
| **Декабрь** | *Тема 5.*  «Виды  хореографии» | 4 | *Тема 2.*  «Здравствуй,  гостья-зима!» | 4 | «Новогодняя  сказка» | 1 |
| **Январь** | *Тема 6.*  «Сюжетный танец» | 4 | 4 |
| **Февраль** | *Тема 7.*  «Народный танец» | 4 | 3 |
| **Март** | *Тема 8.*  «Бальный танец» | 4 | *Тема 4.*  «В гости  к весне» | 4 | «Весенняя капель» | 1 |
| **Апрель** | *Тема 9.*  «Историко  – бытовой танец» | 4 | 3 |
| **Май** | *Тема 10.*  «Танцевальный  Воскресенск» | 4 | *Тема 5.*  «Здравствуй,  лето!» | 3 | «День  города» | 1 |

**Содержание программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| С  Е  Н  Т  Я  Б  Р  Ь | Занятие 1-2.  *Вводное занятие.*  *Тема «*Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года». | Занятие 3-4.  *Тема*«Культура поведения на занятиях хореографии»:  - познакомить детей с правилами и манерой поведения;  - с формой одежды и прической;  - с отношениями между мальчиками и девочками.  «Танец с осенними листьями и зонтиками»  М. Ленграна. | Занятие 5-6.  Упражнения на ориентировку в пространстве:положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.  Положения и движения ног: позиции ног (выворотные); relleve  по 1,2,3 позициям.  «Танец с осенними листьями и зонтиками»  М. Ленграна. | Занятие 7-8.  Упражнения на ориентировку в пространстве: квадрат.  Положения и движения ног: sotte по 1,2.6, sotte в повороте (по точкам зала).  «Танец с осенними листьями и зонтиками»  М. Ленграна. |
| О  К  Т  Я  Б  Р  Ь | Занятие 9-10.  *Тема 3. «*Культура  поведения в театре».  - Познакомить детей с культурой и правилами поведения при посещении театров.  Положения и движения ног: demi – plie по 1,2,3 позициям; сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы, шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад.  Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги. | Занятие 11-12.  Упражнения на ориентировку в пространстве: свободное размещение по залу, пары, тройки.  Положения и движения ног: шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах; demi-plie  с одновременной работой рук.  Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги. | Занятие 13-14.  Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.  Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги. | Занятие 15-16.  Закрепление танцевальных номеров к утреннику «Золотая Осень» |
| Н  О  Я  Б  Р  Ь | Занятие 17-18.  *Тема*«Танцевальное искусство».  - Познакомить детей с понятиями «танцевальное искусство», «хореографический образ», «пластика», «жест», «выразительность». | Занятие 19-20.  Положения и движения рук: положение рук на поясе – кулачком; смена ладошки на кулачок.  Движения ног: шаг с каблука в народном характере; простой шаг с притопом. | Занятие 21-22.  Положения и движения рук: переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).  «Танец Солдатиков и Куколок» | Занятие 23-24.  Движения ног: простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).  «Танец Солдатиков и Куколок». |
| Д  Е  К  А  Б  Р  Ь | Занятие 25-26.  *Тема*«Виды хореографии».  - Познакомить детей с видами хореографии:  классический, народный, бальный, историко-бытовой и современные танцы.  Движения ног: battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plie; притоп простой, двойной, тройной. | Занятие 27-28.  Положения и движения рук: «приглашение».  Движения ног: простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; хлопки в ладоши – двойные, тройные;  руки перед грудью – «полочка».  «Танец Солдатиков и Куколок» | Занятие 29-30.  Положения рук в паре:  «лодочка» (поворот под руку).  Движения ног:  Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).  «Танец Солдатиков и Куколок» | Занятие 31-32.  Итоговое занятие «Новогодняя сказка». |
| Я  Н  В  А  Р  Ь | Занятие 33-34.  *Тема*«Сюжетный танец».  Положение рук в паре: «под ручки» (лицом друг к другу).  Движения ног: простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками. Упражнения на ориентировку в пространстве:колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре. | Занятие 35-36.  Положения рук в паре:  сзади за талию (по парам, тройкам).  Движения ног:  танцевальный шаг по парам, тройкам ( с положением  рук сзади за талию).  Упражнения на ориентировку в пространстве:диагональ.  Танец «Птичка польку танцевала»  А. Рыбникова. | Занятие 37-38.  Упражнения на ориентировку в пространстве: «змейка»;  «ручеек».  Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.  Танец «Птичка польку танцевала»  А. Рыбникова. | Занятие 39-40.  Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.  Движения ног: прыжки с поджатыми ногами.  Танец «Птичка польку танцевала»  А. Рыбникова. |
| Ф  Е  В  Р  А  Л  Ь | Занятие 41-42.  *Тема*«Народный танец».  - Познакомить детей с костюмами музыкой и культурными особенностями русского народа.  Движения ног: «шаркающий шаг», «елочка»; (мальчики)  подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции). | Занятие 43-44.  Движения ног: «гармошка»; (девочки)  простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).  Движения ног: «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; (девочки) маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».Танцевальная композиция «Калинка». | Занятие 45-46.  Движения ног: поклон на месте с руками;  поклон с продвижением вперед и отходом назад; (мальчики) подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция);  (девочки) бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».  Танцевальная композиция «Калинка». | Занятие 47-48.  Упражнения на ориентировку в пространстве:«звездочка» «корзиночка».  Танцевальная композиция «Калинка». |
| М  А  Р  Т | Занятие 49-50.  *Тема*«Бальный танец».  - Познакомить детей с понятием «бальный танец» - вальс, полька. | Занятие 51-52.  *Тема*« В гости к весне». Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца. | Занятие 53-54.  Постановка корпуса, головы, рук и ног.  Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский. | Занятие 55-56.  Движения ног: шаги: бытовой и танцевальный; поклон, реверанс.  Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский. |
| А  П  Р  Е  Л  Ь | Занятие 57-58.  *Тема*«Историко-бытовой танец».  - Познакомить детей с понятием историко-бытовой танец»:менуэт, полонез.  Движения ног:  «боковой галоп» простой (по кругу). «боковой галоп» с притопом (по линиям). | Занятие 59-60.  Движения ног: «пике» (одинарный) в прыжке.  Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский. | Занятие 61-62.  Положения рук в паре:  основная позиция.  Движения ног: легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед.  Движения в паре: (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика. Танец «Колхозная полька»  М. Дунаевский. | Занятие 63-64.  Движения в паре: «боковой галоп» вправо, влево; легкое покачивание лицом друг к другу; поворот по парам.  Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский. |
| М  А  Й | Занятие 65-66.  *Тема*«Танцевальный Воскресенск».  -  Рассказать детям о танцевальных коллективах города.  Движения ног: боковой подъемный шаг.  Положения рук в паре: «корзиночка». | Занятие 67-68.  Подготовка к итоговому занятию. | Занятие 69-70.  Итоговое занятие «Дружные ребята» | Занятие 71-72.  Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей. |
| **Итого: 72 часа** | | | | |

**Учебно- тематический план**

**ГРУППА ПРЕДШКОЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

**Общее количество часов – 72**

**Количество в неделю – 2**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Период прохождения**  **материала** | **Перечисление тем теория** | **Количество**  **часов** | **Перечисление тем практика** | **Количество**  **часов** | **Итоговые**  **мероприятия** | **Кол-во**  **часов** |
| **Сентябрь** | *Тема1.* «Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.  *Тема 2.*  «Бальный танец» | 4 | *Тема 1.*  «Волшебная осень» | 4 | «Золотая осень» | 1 |
| **Октябрь** | *Тема 3.*  *«*Классический танец» | 4 | 3 |
| **Ноябрь** | *Тема 4.*  *«*Историко – бытовой танец» | 4 | 4 |
| **Декабрь** | *Тема 5.*  «Современный танец» | 4 | *Тема 2.*  «Здравствуй,  гостья-зима!» | 3 | «Новогодний карнавал» | 1 |
| **Январь** | *Тема 6.*  «Танцы народов мира» | 4 | 4 |
| **Февраль** | *Тема 7.*  «Русский народный танец» | 4 | 4 |
| **Март** | *Тема 8.*  «Испанский танец» | 4 | *Тема 4.*  «В гости  к весне» | 3 | «Весна стучится в окна» | 1 |
| **Апрель** | *Тема 9.*  «Цыганский танец» | 4 | 4 |
| **Май** | *Тема 10.*  «Путешествие по странам» | 4 | *Тема 5.*  «Здравствуй,  лето!» | 3 | «Выпуск детей в школу» | 1 |

**Содержание программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| С  Е  Н  Т  Я  Б  Р  Ь | Занятие 1-2.  *Вводное занятие.*Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. | Занятие 3-4.  *Тема*«Бальный танец»  - Рассказать о современных бальных танцах – румба, танго, фокстрот, квик-степ, ча-ча-ча, самба.  Танец «Вальс» Е. Доги. | Занятие 5-6.  Движения рук: port de bras.  Движения ног: relleve; demi – plie.  Танец «Вальс» Е. Доги. | Занятие 7-8.  Движения ног:  Вальс: par вальса (по одному, по парам); par balance (на месте, с продвижением вперед, назад.  Танец «Вальс» Е. Доги. |
| О  К  Т  Я  Б  Р  Ь | Занятие 9-10.  *Тема*«Классический танец».  - Познакомить детей с понятием «классический танец». –Раскрыть содержание термина «балет», показать фото и видеоматериалы из балетного спектакля. Движения ног: battement tendu, passé.  Музыкально-ритмическая композиция под музыку Вивальди»  С. Никитин. | Занятие 11-12.  Движения рук: port de bras.  Движения ног: releve.  Музыкально-ритмическая композиция под музыку Вивальди»  С. Никитин. | Занятие 23-14.  Движения ног:  demi-plie.  Движениерук: port de bras.  Музыкально-ритмическая композиция под музыку Вивальди»  С. Никитин. | Занятие 15-16.  Закрепление танцевальных композиций к  итоговому занятию «Волшебная осень». |
| Н  О  Я  Б  Р  Ь | Занятие 17-18.  *Тема*«Историко-бытовой танец»  - Рассказать о разнообразии историко-бытовых танцев: гавот, мазурка. | Занятие 19-20.  Движение ног: pas eleve.  Движениерук: port de bras.  «Танец Придворных»  Л. Боккерини. | Занятие 21-22.  Движение ног: pas degage.  Движениерук: port de bras.  «Танец Придворных»  Л. Боккерини. | Занятие 23-24.  Движение ног: pas balance.  Движениерук: port de bras.  «Танец Придворных»  Л. Боккерини. |
| Д  Е  К  А  Б  Р  Ь | Занятие 25-26.  *Тема*«Современный танец».  - Познакомить детей с различными направлениями в современной хореографии: хип-хоп, брейк, диско, рок-н-ролл, фристайл.  «Новогодний карнавал» Ассоль. | Занятие 27-28.  «Новогодний карнавал» Ассоль. | Занятие 29-30.  «Новогодний карнавал» Ассоль. | Занятие 31-32.  Итоговое занятие «Новогодний карнавал». |
| Я  Н  В  А  Р  Ь | Занятие 33-34.  *Тема*«Танцы народов мира».  - Познакомить детей с особенностями национальных культур. | Занятие 35-36.  Движения ног: поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте и с отходом назад, «веревочка». | Занятие 37-38.  Движения ног:  прыжок с поджатыми;  (мальчики): присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком).  Движения в паре:  соскок на две ноги лицом друг другу.  «Кадриль» В. Теплов. | Занятие 39-40.  Движения ног:  пружинящий шаг под ручку по кругу;  (мальчики):  присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу.  «Кадриль» В. Теплов. |
| Ф  Е  В  Р  А  Л  Ь | Занятие 41-42.  *Тема*«Русский народный танец».  - Рассказать о разнообразии характерных образов в русских народных танцах. | Занятие 43-44.  Упражнения на ориентировку в пространстве:«карусель»,  «воротца».  «Кадриль» В. Теплов. | Занятие 45-46.  Движения ног:   (мальчики): одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад.  Движения ног:  (девочки): вращение на полупальцах;  (мальчики): «гусиный шаг». | Занятие 47-48.  Движения ног: кадрильный шаг с каблука,«ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук).  «Кадриль» В. Теплов. |
| М  А  Р  Т | Занятие 49-50.  *Тема*«Испанский танец»  - Рассказать детям об особенностях испанской культуры, характере и манере исполнения народных танцев.  - Показать фотоматериалы костюмов и видеоматериал с испанским народным танцем. | Занятие 51-52.  Разучивание элементов испанского танца. | Занятие 53-54.  Разучивание элементов испанского танца. | Занятие 55-56.  Разучивание элементов испанского танца. |
| А  П  Р  Е  Л  Ь | Занятие 57-58.  *Тема*«Цыганский танец».  - Рассказать детям об особенностях цыганской культуры, характере и манере исполнения народных танцев. | Занятие 59-60.  Разучивание элементов цыганского танца. | Занятие 61-62.  Разучивание элементов цыганского танца. | Занятие 63-64.  Итоговое занятие  «Весна стучится в окна» |
| М  А  Й | Занятие 65-66.  *Тема*«Путешествие по странам». | Занятие 67-68.  Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей. | Занятие 69-70.  Подготовка к итоговому занятию. | Занятие 71-72.  Праздник «Выпуск детей в школу». |
| **Итого: 72 часа** | | | | |

**Методическое обеспечение**

Буренина А.И.Ритмическая мозаика

Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего

школьного возраста

Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей.

Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и

школьных учреждений

Танцы в детском саду. Н.Зарецкая, З.Роот.

Народное искусство в воспитании детей / Под ред. Т. С.

Комаровой. - М, 2005

«Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворова

Зацепина М. Б. Музыкальное воспитание в детском саду. —М,:

Мозаика-Синтез, 2017