

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение  
«Детский сад №245»

Принято  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол от 22.08.2024 № 1

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад №245»  
Л.С.Захарова  
Приказ от 26.08.2024 №113-осн.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
Занятия по хореографии**

Направленность: художественная  
Срок реализации: 9 месяцев  
Возраст обучающихся: 6-7 лет  
Автор - составитель: Кузнецова Е.С.,  
Музыкальный руководитель

Барнаул  
2024

СОДЕРЖАНИЕ:	
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ .....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи Программы.....	5
1.3. Возрастные особенности детей 6-7 лет.....	6
1.4. Планируемые результаты .....	6
1.5. Формы аттестации.....	7
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ .....	7
1.3. Содержание Программы.....	7
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ .....	11
3.1. Календарный учебный план.....	11
3.2. Календарный учебный график.....	12
3.3. Календарно-тематический план.....	12
3.4. Материально-техническое обеспечение .....	17
3.5. Методические материалы.....	17
Приложение №1 .....	21
Приложение №2.....	23
Лист изменений и дополнений.....	24

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

Программа «Обучение хореографии» детей 6-7 лет, является неотъемлемой частью дополнительной общеобразовательной программы муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детского сада №245».

Программа разработана со следующими **нормативными документами:**

1. Федеральным законом от 29.12.2012. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

2. Законом Российской Федерации от 07.02.1992 №2300-1 «О защите прав потребителей»,

3. Постановлением Правительства Российской Федерации от 20.10.2021 №1802 «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации, а также о признании утратившими силу некоторых актов и отдельных положений некоторых актов Правительства Российской Федерации»,

4. Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.09.2020 №1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»,

5. Приказом Министерства образования и науки РФ от 25.10.2013 №1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам»,

6. Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 16.09.2020 №500 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам»,

7. Приказом Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 04.08.2023 №1493 «Об утверждении требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления информации»,

8. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

9. Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

10. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,

11. Приказом Министерства труда и социальной защиты населения Российской Федерации от 05.05.2018 №298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

12. Уставом Учреждения.

**Направленность Программы:** художественная.

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

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

**Отличительные особенности Программы:** в программе сформирован акцент на обучение игровым методом. Такие темы программы как: «Танцевальные образы», «Танцевальные игры», позволяют через игру развивать физические и творческие способности. Так же многие упражнения из темы «Формирование танцевальной техники» основаны на игровом методе, будь то название движения или форма его выполнения. В танцевальных постановках и в сопровождении танцевальных упражнений используется чаще всего современная детская музыка, та, которую дети слушают дома, которая им нравится, которая сопровождает современные мультфильмы и детские телепередачи.

**Адресат Программы:** программа рассчитана на обучение воспитанников с 6 до 7 лет.

**Объем и срок освоения Программы:** программа рассчитана на 9 месяцев обучения, всего 71 учебный час

**Особенности организации образовательного процесса:** форма занятий – групповая. Группа по возрасту 6-7 лет, количественный состав – до 25 человек.

**Режим занятий:** занятия проводятся с 09 сентября 2024 года по 28 мая 2025 года 2 раза в неделю, по понедельникам и средам, во второй половине дня. Продолжительность занятий в группах: 6-7 лет – 30 минут.

Общее количество занятий в учебный год – 71

**Консультации для родителей:** каждые понедельник и среда с 17.00 до 18.00. Проводятся индивидуально в режиме «вопрос-ответ».

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

В дошкольном периоде дети различных возрастов значительно отличаются по своему развитию. Поэтому в дошкольный период обучения хореографии дети делятся на группы в соответствии с возрастом воспитанников: 6-7 лет.

## 1.2. Цель и задачи Программы

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

**Задачи:**

Образовательные:

- Познакомить воспитанников с миром хореографического искусства, его историей.

- Изучить основные понятия и термины.

- Научить ориентироваться в разнообразии танцевальных жанров.

Развивающие:

- Укреплять здоровье: способствовать формированию правильной осанки, развитию опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, совершенствованию работы органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма воспитанника.

- Создавать необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой для выполнения

танцевальных движений. -Совершенствовать психомоторные способности дошкольников: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые качества, координационные способности; содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой, развивать ручную умелость и мелкую моторику.

- Развивать творческие способности в области хореографии: мышление, воображение.

Личностные:

- Воспитывать у детей чувство музыкального и художественного вкуса в мире музыки и танца.

- Формировать у детей любовь к искусству музыки и танца, трудолюбие и чувство товарищества, целеустремленность в достижении поставленной цели, инициативу и уверенность в себе, даже если воспитанник не обладает выдающимися хореографическими данными.

- Учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.
- Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи.

Метапредметные:

- Развивать навыки самостоятельного выражения движений под музыку. -

Развивать познавательную активность, интерес к хореографическому искусству

### **1.3. Возрастные особенности детей 6-7 лет**

Дети 6-7 лет воспитываются в подготовительной к школе группе.

Развиваются умственные способности детей, обогащается их мышление. Физическое развитие совершенствуется в различных направлениях и, прежде всего, выражается в овладении основными видами танцевальных движений, в их скоординированности. Возникает еще большая возможность использовать движение как средство и способ развития музыкального восприятия, выражения себя средствами хореографии. Пользуясь танцевальным движением, воспитанник стремится проявить себя творчески, часто предлагая свое видение исполнения танцевальной постановки. В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает

кульминации в развитии двигательной активности, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает желание и способность к исполнению разнообразных и сложных по координации танцевальных движений. Выступления перед зрителями становятся достаточно выразительными, движения четкими, а групповая работа слаженной и уверенной. Педагог сотрудничает с детьми, побуждая их проявлять себя творчески, стимулируя их к придумыванию собственных движений, комбинаций, сюжетов для танцев.

### **1.4. Планируемые результаты**

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

**К концу обучения в возрастной группе 6-7 лет воспитанник:**

- будет знать и понимать основные понятия: исполнительское мастерство, современный танец и его направления, выразительность, постановка корпуса в классическом и современном танцах;
- будет запоминать названия новых хореографических элементов, движений и связок, использовать их в общении с педагогом и другими воспитанниками группы;
- будет чувствовать динамические оттенки в музыке и с интересом передавать их в движении;

- будет стремиться выразительно исполнять изученные движения и танцы в целом, исполнять хореографические движения в ускоренном темпе, самостоятельно;
- научится хорошо ориентироваться в пространстве сцены;
- будет стремиться самостоятельно придумывать и предлагать новые движения для танцевальных постановок.

У обучающегося:

- будут развиты творческие способности к танцевальной импровизации;
- будет воспитано чувство коллектива, команды;
- будет сформирована активная позиция к исполнению на сцене; будет сформировано ответственное отношение к занятиям.

В широком смысле результатом освоения программы является развитие у ребенка позиции активного участника, исполнителя-создателя хореографических элементов и даже целых танцевальных номеров для того, чтобы посредством танца выразить себя, свои эмоции и чувства, испытываемые под впечатлением того или иного музыкального произведения. Ребенок испытывает эмоциональный подъем от участия в танцевальных номерах, где может продемонстрировать умения и навыки, полученные на занятиях по хореографии.

### **1.5. Формы аттестации**

Формы аттестации по дополнительной образовательной Программе «Обучение хореографии» для воспитанников дошкольного возраста: -участие в праздничных утренниках с танцевальными номерами соответственно возрастным группам: новогоднем утреннике, празднике 8 марта, выпускном бале в подготовительной группе;

-проведение открытого занятия в форме творческого отчета в конце учебного периода.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **1.3.Содержание Программы.**

**Особенность обучения хореографии:** в работе с дошкольниками теория напрямую связана с практикой. При знакомстве обучающихся с новым видом танца, движением, упражнением, и др. после теоретического объяснения необходимо сразу переходить к практическим действиям. Теория является сопровождением практического процесса непрерывно на протяжении всего учебного периода. Специфика хореографии предполагает повторяемость материала, его цикличность с постепенным усложнением элементов в каждом последующем учебном цикле. В связи с этим, темы в разных возрастных группах почти не меняются, меняется лишь степень сложности исполнения.

**Учебный план по обучению хореографии группы детей 6-7 лет.**  
**Цель:** Результатом освоения программы является развитие у ребенка

позиции активного участника, исполнителя-создателя хореографических элементов и даже целых танцевальных номеров для того, чтобы посредством танца выражать себя, свои эмоции и чувства, испытываемые под впечатлением того или иного музыкального произведения.

**Задачи:** - познакомить с основными теоретическими понятиями; - учить чувствовать динамические оттенки в музыке и с интересом передавать их в движении;

учить выразительно и самостоятельно исполнять изученные движения и танцы;

- научить хорошо ориентироваться в пространстве сцены;
- развивать творческие способности к танцевальной импровизации;

формировать активную позицию к исполнительству на сцене.

**Основные термины:** танец, поклон, разминка, круг, линия, диагональ, разnobрос, танцевальный шаг, танцевальный бег, стречинг, подтянутость, прыжок, осанка, атрибут, подъем, образ, жест, композиция, джаз, модерн, хип-хоп, трюк, импровизация, комбинация.

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			Формы аттестации/контроля
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	2	1	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники.	25	2	23	
Тема 3. Постановка танцевальных номеров.	18	2	16	выступление на утренниках
Тема 4. Творчество в танце.	5	1	4	
Тема 5. Подготовка и проведение творческого отчета.	21	3	18	творческий отчет
Итого за период	71	9	62	

### Содержание учебного плана для возрастной группы 6-7 лет.

#### Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Знакомство с детьми, вводная беседа.

Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием, «образ», «жест», «танец», «современные направления танца». Изучить позиции ног в хореографии.

Практика.

Приветствие-поклон: стоим ноги вместе, руки на поясе, «раз-два»-топнуть правой ногой, «три-четыре»-хлопнуть в ладоши на каждый счет, «пять-шесть»-топнуть левой ногой, «семь-восемь»-хлопнуть в ладоши, «раз-два»- подняться на полупальцы, вытянуть руки вверх, «три-четыре»- правую ногу поставить скрестно впереди левой и сделать винтовой поворот на полупальцах на  $360^0$  руки держать в замке, «пять-шесть»- шаг вправо, правую руку вытянуть в сторону, четко притопнуть левой ногой, руку и голову опустить, «семь-восемь»- то же в левую сторону.

Основные движения для разминки: повороты головы,

- круговые движения головой,

- четкое покачивание плечами вверх-вниз на счет «раз-два-раз-два-три», круговые движения плечами с повышением амплитуды вращения, наклоны корпуса вправо-влево с вытянутой рукой и круговым движением корпуса через пол, -приседания на полупальцах до пола,

- марш на месте,

- бег на месте с высоким подниманием бедра, выносом прямой ноги вперед и в стороны, чередованием положений рук, -прыжки на месте с чередованием положений ног.

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

Теория.

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

Объяснить, что значит выражение «выразительно выполнять движения», учить выполнять движения слаженно всеми частями тела. Познакомить воспитанников с классическими стилями современного танца «джаз» и «модерн», рассказать об истории их возникновения. Познакомить воспитанников со стилем современного танца «хип-хопом». Познакомить воспитанников с понятием «трюк». Четко объяснять технику, контролировать выполнение трюков индивидуально.

Практика.

Упражнение «Солдатык» с усложнением

«Дощечка»

«Самовар»

«Натянутые носочки»

После выполнить небольшой самомассаж стоп.

- Стречинг

- Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов.

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

«Карусель»

«Лодочка»

«Ракета»

«Экскаватор»

- Упражнения для развития плавности движений рук. «Играют маленькие волны»

Описание упражнений см. Приложение №4 Разучить комбинацию на закрепление изученных позиций ног, смена позиций начинается с медленного темпа и постепенно переходить на быстрый.

- Основы исполнения стиля танца «джаз».

«Джаз»- разучить основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс, контракции-рему (сжатие-высвобождение).

Учить четкости и законченности выполнения движений. .

- Основы исполнения стиля танца «модерн».

«Модерн»- разучить основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза. Учить воспитанников выполнять движения свободно, плавно, без округлостей в локтях, плавно фиксировать значимые точки.

- Поклон в стиле «джаз».

Описание поклона см. Приложение №4 -Основные движения стиля танца «хип-хоп».

Базовые движения- кач, степ, пружинка, хэппи-фит, ролл, роллбит, монастери.

Разучить танцевальную композицию «Хип-хопчики» в стиле «хип-хоп».

- Элементарные акробатические трюки современного детского танца: переворот назад через спину, бочка, разножка и др.

Учить воспитанников соблюдать технику безопасности при выполнении трюковых элементов. Научить правильному положению позвоночника на всех стадиях выполнения трюкового элемента: подготовка, трюк, выход.

Первоначально все элементы выполняются при помощи и поддержке педагога, затем самостоятельно самим воспитанником.

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

Теория.

Акцентировать внимание на различие в характере движений различных стилей танца.

Акцент на работу с ритмом, амплитудой движений и энергетической подаче. Практика.

Соединение основных движений стилей танца «джаз» и «модерн» в танцевальные композиции.

Танцевальный репертуар: танец в стиле модерн «Летят голуби», танец в стиле джаз «Веселый джаз», танец в стиле хип-хоп «Хип-хопчики» с использованием трюковых элементов.

Учить свободному и самостоятельному воспроизведению изученных движений, танцев.

### **Тема 4. Творчество в танце.**

Теория.

Познакомить с понятием «творчество», «образ».

Практика.

Выполнение заданий на раскрытие того или иного образа под характерную музыку. Разделить детей по два-три человека в группе и дать им импровизационное задание – придумать танец для определенного образа. Используя знакомые движения, с помощью педагога, дети сочиняют танцевальные композиции. Задача - научить детей использовать ранее изученный материал творчески, свободно чувствовать себя в роли активного участника творческого процесса.

#### **Тема 5. Подготовка и проведение творческого отчета.**

Теория.

Напомнить о правилах поведения на открытом занятии и о значимости события.

Практика.

- Развитие индивидуального мастерства исполнения изученных стилей танца.

- Развивать координацию движений, упражнять в равновесии, формировать образно-пространственное мышление, закреплять основные виды движений в быстром темпе.

- Учить свободному и самостоятельному воспроизведению изученных движений, танцев.

- Подбор самых основных и ярких движений, упражнений для показа на открытом занятии.

- Акцент на работу с ритмом, амплитудой движений и энергетической подаче.

- Повторение основ пройденного материала, повышение индивидуального мастерства исполнения упражнений и движений воспитанниками, отработка сценической формы ранее изученных танцевальных номеров.

- Отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, увеличение скорости выполнения движений. - Выстроить занятие композиционно, изучить порядок выполнения частей открытого занятия, перестроения по его ходу. Напомнить воспитанникам о правилах поведения на открытом занятии и о значимости события.

Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие в стиле «джаз». Разминка. Упражнения для стоп, стретчинг. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальные номера в стиле «джаз», «модерн» и «хип-хоп». Поклон.

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1.Календарный учебный план**

Наименование платой	Возрастная	Количество	Продолжительность занятия в	Кол-во занятий в месяц	Количество занятий
		ство	занятия в		

образовательной услуги	группа	занятий в неделю	день											в год с 09.09.2024 по 28.05.2025
				сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май		
Занятия по хореографии	6-7 года	2	20 мин	7	9	8	9	6	7	8	9	8	71	

### 3.2. Календарный учебный график

Продолжительность учебной недели	2 дня с 16.00-18.00
Время работы Учреждения	12 часов
Нерабочие дни	Суббота, воскресенье, праздничные дни
Начало учебного года	09.09.2024
Окончание учебного года	28.05.2025
Участие воспитанников в праздниках	Новогодние праздники –23-28.12.2024 Международный женский день – 03-07.03.2025
Консультации для родителей	Понедельник и среда с 17.00 до 18.00

### 3.3. Календарно-тематический план

№ п/п	Месяц	Форма Занятия	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Вводное занятие	Знакомство. Занятие инструктаж по Технике безопасности. Изучаем поклон, разминку.	Муз. Зал	
2		Вводное занятие	Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.		
3		Тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «солдатик» с усложнением. Позиции ног в хореографии.		
4		Тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «солдатик» с усложнением. Смена позиций ног в хореографии шагами с натянутого носка		
5		тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса «Содатик», «Дощечка». Упражнение «Натянутые носочки».		
6		тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение		

			«Натянутые носочки».. Самомассаж стоп. Упражнение для развития силы мышц «Карусель».		
7		тренировка	Поклон. Разминка Упражнения для развития силы мышц «Карусель», «Лодочка». Упражнение для рук «Играют маленькие волны».		
1	Октябрь	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для развития силы мышц «Лодочка», «Ракета». Упражнение для рук «Играют маленькие волны».		
2		тренировка	Поклон, разминка. Повторение упражнений для развития силы мышц, для рук, для стоп.		
3		тренировка	Поклон. Разминка «Руки вверх и поворот» Упражнения для развития силы мышц «Лодочка», «Кошечка» «Упражнение для рук «Играют маленькие волны».		
4		тренировка	Поклон. Танцевальная разминка «Колесики» Растяжка. Упражнение «Ладочки по дорожке»		
5		тренировка	Поклон. Танцевальная гимнастика «Солнышко лучистое»Растяжка на разные группы мышц. Разучивание танцевальных элементов		
6		тренировка	Поклон. Упражнение «Звездочка» растяжка на разные группы мышц, упражнение «Черепашка» Разучивание танца «Грибочки»		
7		тренировка	Поклон. музыкальная гимнастика. Разучивание танца «Грибочки»		
8		тренировка	Поклон.Растяжка на разные группы мышц, музыкальная гимнастика, разучивание танцевальных движений «Грибочки»		
9		тренировка	Поклон .Стрейчинг.Разминка «Детский фитнес» Бег по диагонали Танец «Грибочки»		
1	ноябрь	тренировка	Поклон, разминка. Повторение упражнений для развития силы мышц, для рук, для стоп. Стречинг.		
2		тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».		

3			Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Самовар». Упражнение		
			для развития силы мышц «Экскаватор». Упражнение «Деревянные и тряпичные куклы».		
4			Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка», «Самовар». Упражнения для развития силы мышц «Ракета», «Экскаватор».		
5		тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».		
6		тренировка	Поклон. Разминка. Творческие задания на раскрытие образа в танце.		
7		репетиция	Знакомство со стилем современного танца «Джаз». Изучение поклона в стиле «Джаз».		
8		репетиция	Закрепление поклона в стиле «Джаз». Основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс.		
1	декабрь	репетиция	Поклон. Разминка. Основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс. Основы исполнения контракции-ремы (сжатие-высвобождение).		
2		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.		
3		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для плавности рук.		
4		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.		
5		репетиц	Поклон. Разминка.		
			Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для плавности рук «Играют маленькие волны».		
6		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение «Натянутые носочки».		
7		тренировка	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.		
8		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц		

			«Карусель».		
9		Игровое	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».		
1	Январь	тренировка	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Лодочка».		
2		тренировка	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».		
3			Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.		
4			Поклон. Разминка. Повторение упражнений для осанки и упражнений для стоп. Стречинг.		
5			Поклон. Разминка Повторение упражнений для развития силы мышц , упражнений для рук. Стречинг.		
6			Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг		
1	февраль	тренировка	Поклон. Разминка Повторение упражнений для развития силы мышц , упражнений для рук. Стречинг.		Выступление на новогоднем утреннике, танец «Весёлый Джаз»
2		игровое	Творческие задания на самостоятельное раскрытие образов под музыку. Командные и индивидуальные задания.		
3		репетиция	Поклон. Разминка. История возникновения стиля современного танца «Модерн». Подготовительные упражнения к изучению основных движений танца «Модерн».		
4		репетиция	Поклон. Разминка. Основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза.		
5		репетиция	Поклон. Разминка. Основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза.		
6		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Основные правила танца с предметом.		
7			Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле		

			«модерн» «Летят голуби».		
1	март		Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		
2		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		
3			Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		
4		репетиция	Поклон. Разминка. Повторение упражнений для силы мышц и упражнений для пластики рук.		
5		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		
6		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		
7		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		
8		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		
1	апрель	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение упражнений для силы мышц и упражнений для пластики рук.		
2		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		
3		репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		Выступление на утреннике с танцем «Большая стирка».
4		тренировка	Поклон. Разминка. Основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза.		
5		тренировка	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби».		
6		тренировка	Поклон. Разминка. Знакомство с современным стилем танца «хип-хоп». История возникновения, подготовительные упражнения. Кач, степ.		
7		репетиция	Проучивание основного движения в «Хип-Хоп» танце «Пружинка»		

8		тренировка	Поклон. Разминка. Знакомство с современным стилем танца «хип-хоп». История возникновения, подготовительные упражнения. Кач, степ.		
9		репетиция	Поклон. Разминка. Основные движения танца		
1	май	репетиция	Поклон, разминка, Выполнение основных движений хип-хоп.		
2		репетиция	Постановка танца «Хипхопчики»		
3		репетиция	Поклон, разминка. Постановка танца «Хипхопчики»		
4		репетиция	Поклон, разминка, повторение танцевальных номеров.		
5		репетиция	Подготовка творческого отчета		
6		репетиция	Подготовка творческого отчета		
7		репетиция	Подготовка творческого отчета		
8		Отчетный концерт	Проведение отчетного концерта		
Итого: 71					

### 3.4. Материально-техническое обеспечение

Учебно-материальная база:

- музыкальный или спортивный зал;
- музыкальный центр;
- аудиозаписи, соответственно плану Программы;
- видеозаписи для ознакомления с миром танца;
- атрибуты и костюмы для танцевальных номеров соответственно количеству обучающихся.

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

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

Для мальчиков: белая футболка, черные шорты, черные балетки или чешки, белые носки.

### 3.5. Методические материалы

#### Особенности организации образовательного процесса

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

Постепенно исполнение различных двигательных упражнений приобретает более дифференцированный характер.

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

В процессе изучения нового материала наиболее актуальными являются:

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

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

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

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

Начальный этап - обучение упражнению, отдельному движению.	Этап углубленного разучивания упражнений, движений.	Этап закрепления и совершенствования упражнения, движения.
название движения; показ; -объяснение техники; -опробование движений.	уточнение двигательных действий; понимание закономерностей движения; усовершенствование ритма; свободное и слитное выполнение движения;- закрепление двигательного навыка	-выполнение движений более высокого уровня; использование движения в комбинации с другими движениями; -формирование индивидуального стиля.

Общие методические рекомендации по ведению занятий см.

Приложение №5.

#### **Методы обучения:**

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

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

- групповая – до 25 человек;
- индивидуальная – при возникновении сложностей с разучиванием элементов и комбинаций;

- ансамблевая – постановочная работа;
- игровая – при выполнении танцевальных игр, творческих заданий, танцевальных образов.

**Формы организации учебного занятия:**

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

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

Занятие состоит из:

- Разминки – выполняется в виде небольшой танцевальной зарисовки под популярную детскую песенку, в которой проводится подготовка всех частей опорно-двигательного аппарата к дальнейшим более сложным элементам. Продолжительность – 5 мин.

Основной части – изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность – 20 минут.

- Завершающей части – танцевальной игры на развитие различных навыков, например, умения импровизировать под музыку; или хореографических упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания.

Продолжительность – 2 мин.

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

Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка, его личности. Принцип единства воспитательных, развивающих и образовательных целей, в процессе реализации которых учитываются интересы и способности воспитанников.

- Принцип научной обоснованности и практической применимости.

- Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Этот принцип дает возможность развивать в единстве эмоциональную, познавательную и практическую сферы личности ребенка.

- Принцип гуманизации – признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка.

- Комплексно-тематический подход к построению образовательного процесса.

- Системный подход формирования программы, в которой все компоненты взаимосвязаны и взаимозависимы.

Подход «от простого к сложному», который пронизывает все структурные части занятий во всех возрастных группах.

**Средства реализации Программы:**

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

**Возрастная группа 6-7 лет.**

**Тема 2. Формирование танцевальной техники.**

Упражнение «Солдатык» с усложнением под речитатив: «На одной ноге постой-ка, Будто ты солдатик стойкий. Ножку правую к груди да смотри не упали. А теперь давай-ка с левой, Если ты солдатик смелый. Раз-два- три – ножку опусти»

«Дощечка»- «раз»-подняться на полупальцы, «два»- сесть на пятки спина прямая и задержаться в этом положении еще на два такта, «три» - выпрямить ноги, «четыре»- опустить пятки на пол.

«Самовар»- сидя на полу вытянуть ноги вперед, поставить руки на пояс, держать спину прямо.

«Раз-два»- соединяем стопы и подтягиваем ноги к себе до упора, спина прямая,

«три-четыре»- выпрямляем ноги.

Упражнение выполняется медленно, задача- сохранить спину прямой.

**Упражнения для стоп:**

«Натянутые носочки»- из заданной позиции ног выводить натянутый носочек и закрывать обратно в позицию.

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

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

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

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

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

«Ракета» – для мышц рук, спины, живота, ног; координации. «Готовим ракету к полету»- лежа на спине, плавно поднять ноги вверх. Упираясь руками в поясницу, поднять нижнюю часть туловища. Ноги тянуть вверх, выпрямляя их. «Ракета готова к старту!

Три, два, один – пуск!»- лечь на спину и немножко отдохнуть перед следующим запуском.

«Экскаватор» – для мышц спины, живота, ног; гибкости. Лечь на спину, руки вдоль туловища, ладони на полу, ноги согнуты в коленях. «Экскаватор к работе готов!»- поднимать ноги за голову, постепенно

выпрямляя их. Удерживать позу, пока из «ковша», земля высыпается в кузов машины. И так несколько раз.

**Упражнения для развития плавности движений рук:**

«Играют маленькие волны»- под плавную инструментальную музыку руками изображаем волны, прилив, отлив, спокойную воду, бурю на воде.

**Упражнения для развития фиксации положений ног и корпуса, подтянутости.**

«Деревянные и тряпичные куклы»- при изображении деревянных кукол напрягаются мышцы ног, корпуса, опущенных вдоль корпуса рук. Делаются резкие повороты всего тела вправо-влево, сохраняется неподвижность шеи, рук, плеч, ступни крепко и неподвижно стоят на полу. Подражая тряпичным куклам, необходимо снять излишнее напряжение в плечах и корпусе; руки висят пассивно. В этом положении нужно короткими толчками поворачивать тело вправо-влево; при этом руки взлетают и обвиваются вокруг корпуса, голова поворачивается, ноги также поворачиваются, хотя ступни остаются на месте.

**Поклон в стиле «джаз».** «Раз» - руки согнуты в локтях поднять вверх, «и» - опустить руки на пояс, локти, удерживая в том положении, «два» - руки на поясе переводим против часовой стрелки, корпус неподвижен,

«и» - наклон корпуса вперед, «три» - ноги с корпусом поворачиваются в лево, руки остаются на месте «и» - слайд ногой назад, руки оттяжка вперед, «четыре» - ноги вместе, руки вдоль корпуса. «Раз»- ноги вместе в плие, руки позиция «за партой» правая рука вверх, «и»- поменять руки, левая вверх, «два»- поменять руки, правая вверх, «и»- правую руку сложить на левую и голова влево, «три»- вернуть с положение как на счет

«два», «и-четыре»- волна корпусом снизу вверх.

## **Общие методические рекомендации по ведению занятий «Обучение хореографии»**

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

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

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

Первый раз движение показывается с полной амплитудой, с соблюдением всех требований, предъявляемых к его характеру и форме.

Это нужно для того, чтобы занимающиеся поняли, каков идеал, к которому они должны стремиться. Далее можно демонстрировать отдельные части движения с меньшей амплитудой или в более медленном темпе, сосредотачивая внимание на важных деталях.

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

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

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

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

## **Лист изменений и дополнений**