

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области  
Орган местного самоуправления «Управления образования города Каменска-Уральского»  
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №52»

Принята на заседании педагогического  
совета Детского сада №52  
Протокол №1  
от 30.08.2021

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий Детским садом №52  
Е.В. Терина  
Приказ № от 02.09.2021

**Дополнительная общеразвивающая программа**  
**«Хореография»**

г. Каменск-Уральский  
2021

### **Пояснительная записка**

Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной активности». И именно занятия хореографией помогают творчески реализовать эту потребность, так как бесконечное разнообразие музыкально-ритмических движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет, мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка.

Необходимость создания данной рабочей программы для дошкольников вызвана отсутствием единых государственных программ по хореографии и ритмике для детей от трех до семи лет, маленьким количеством инновационных и авторских программ обучения.

#### Цели программы:

- педагогическая - обеспечить условия для развития ребенка, как культурно развитой, творческой, социально адаптированной личности средствами хореографического искусства;

- образовательная - развить у детей дошкольного возраста музыкально-ритмические способности средствами как хореографического искусства в целом, так и ритмики, музыки в частности;
- развивающая - стимулировать познавательные – мыслительные процессы личности дошкольника (память: зрительную, слуховую, мышечную; мышление; воображение; координацию; ориентацию в пространстве; волю; внимание);
- воспитательная – повышая двигательную активность и двигательную культуру ребенка, разнообразить оздоровительную работу в дошкольном учреждении; в процессе обучения привить детям чувство такта, ответственности, дисциплинированности, умение работать в группе, коллективе; правильно оценивать свои знания и умения.

#### Задачи программы:

- развивать двигательную активность и координацию движений у детей дошкольного возраста;
- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям как в игре, так и в танце;
- развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, воображение, чувство ритма);  
учить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко-умеренно-тихо, громче-тише); регистрами (высокий, средний, низкий); определять музыкальные жанры (песня, марш, танец); воспринимать музыкальные образы и выражать их посредством танцевальных движений и комбинаций;  
развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и «товарища», придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец;  
поощрять исполнительское творчество: участие в праздниках, утренниках; праздниках-развлечениях; концертных выступлениях; разных конкурсах.

#### Цели и задачи для старшего дошкольного возраста (5-7 лет):

- закрепить и развить полученные в младшем дошкольном возрасте знания и умения;
- формировать и развивать навыки исполнения танцевальных комбинаций, этюдов, танцев как индивидуально, так и в паре, в группе (ансамблем);

- создавать условия для выражения детьми своего отношения к музыке, движению, партнеру по танцу средствами артистически-эмоциональных, творческих способностей;
- продолжать воспитание культуры движения через мышечные ощущения, а также через потребность ребенка включаться в движение всем опорно-двигательным аппаратом;
- используя опыт музыкально-двигательной деятельности в импровизации, добиваться целостности и выразительности в исполнении.

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

#### Принципы:

- Индивидуализации (определение посильных заданий с учетом возрастных возможностей ребенка).
- 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, т.к. игра – это основной вид деятельности (естественное состояние дошкольников). Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру, его органическим обучающим компонентом. Каждая музыкально-ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание, выполняет задачи, поставленные учебным процессом.
- Метод аналогий. Широко используются аналогии с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог, используя игровую атрибутику, танцевальные образы, активизирует правое полушарие 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, оценка.
- Практический метод заключается в многократном повторении и выполнении конкретного музыкально-ритмического движения, этюда, танца.
- Наглядный метод. Выразительный показ под счет, под музыку.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка, поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям («дансантизм»);
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической, современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Обязательными условиями проведения занятий являются:

- соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам;
- наличие формы у обучающихся детей.

Данная рабочая программа предназначена для детей дошкольного возраста (5 -7 лет), этот период можно определить, как первый этап в освоении азбуки ритмики, азбуки классического, народного танцев.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и развлечениях, открытых уроках.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний и умений, навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкальные, танцевальные и творческие, общие способности, формировало основы духовной культуры детей дошкольного возраста.

Ставя данной программой наиважнейшую цель – воспитание детей, как гармонично развитых, культурно и духовно обогащенных, социально адаптированных личностей средствами хореографического искусства, мы хотим добиться ожидаемого результата:

овладение детьми навыками искусства танца, как части их богатого мира познаний, на пути становления ребенка к высокодуховной культурной личности, особенно в нашей стране, стране с очень богатым и многогранным культурным наследием.

**Тематическое планирование курса «Хореография»  
для детей младшего дошкольного возраста (5 -7 лет)  
1 модуль**

№ п/п	Тема	Задачи	Содержание	Количество академиче- ских часов
1.	<b>Введение.</b>	1. Воспитывать у детей умение слушать музыку. 2. Учить воспринимать и оценивать музыку. 3. Развивать умение организовать свои действия под музыку.	1. Характер музыкального произведения: - слушая музыку, определить ее характер (веселая, грустная, тревожная); - творческое задание: импровизация под заданную музыку; - создание образа: кукла новая, кукла заболела; веселый воробей, раненый воробей.	

			<p>2. Темпы музыкальных произведений (быстрый, умеренный, медленный).</p> <p>-слушая музыку определить темп (устно);</p> <p>-игра «Волк и зайцы»;</p> <p>-творческое задание: изобразить мышку, мишку, зайца.</p> <p>3. Динамические оттенки (громко, тихо, умеренно).</p> <p>-Слушая музыку, определить динамические оттенки (устно).</p> <p>-Творческое задание: дождь стучит по крыше(громко), дождик моросит(тихо).</p> <p>-Игра «Тихо – громко».</p> <p>4. Ритмический рисунок.</p> <p>-Воспроизведение хлопками и притопами ритмического рисунка.</p> <p>-Комбинации с хлопками под музыку: перед собой, по коленям над головой, по бедрам.</p> <p>5. Строение музыкального произведения(вступление, часть).</p> <p>-учить детей менять движение в соответствии с двучастной формой музыкального произведения:</p> <p>-На примере изучаемых танцевальных движений учить самостоятельно начинать движение после вступления.</p>	6
2.	<b>Музыкально ритмические игры.</b>	<p>1. Развивать внимание.</p> <p>2. Развивать координацию движений.</p> <p>3. Развивать зрительную, слуховую, мышечную память.</p> <p>4. Подготовить детей к исполнению танцевальных комбинаций (от простого к сложному).</p>	<p>1. Комплекс игровой ритмики «Сказочный лес».</p> <p>2. Музыкально-ритмические игры для рук, пальчиковая гимнастика: «Догонялочка», «Коза-дереза», «серый зайчишка».</p> <p>3. Игры на внимание: «А, ну-ка, повтори!», «В право- в лево».</p>	10

3.	<b>Партерная разминка.</b>	<p>1.Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат ребенка.</p> <p>2.Улучшать эластичность мышц спины, всего мышечного корсета.</p> <p>3.Развивать силу мышечного аппарата, устойчивость, координацию дошкольников.</p>	<p>1.Упражнения для укрепления брюшного пресса и гибкости спины: «кошечка», «змея», «дельфин», «лягушка».</p> <p>2.Упражнения для укрепления позвоночника: «дровосек», «салют», «горка», «книжка», «уголок», «дорожка», «василек», «мятник», «чунга-чанга», «морская звезда».</p> <p>3.Упражнения для укрепления, развития мышц стоп: «утюжки», «клювики».</p> <p>4.Упражнения для укрепления плечевого пояса: «удивление», повороты и наклоны головы.</p> <p>5. Упражнения для тренировки вестибулярного аппарата: «аист», «петушок».</p>	14
4.	<b>Азы классического и народного танцев</b>	<p>1.Обучить правильной осанке при исполнении танцевальных движений разминки по кругу.</p> <p>2.Развивать мускулатуру мышц спины, рук, ног.</p> <p>3.Разучить простые ходы и проходы (по кругу).</p> <p>4.Подготовить детей к изучению и исполнению более сложных танцевальных элементов, этюдов в процессе последующего обучения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Шаги: <ul style="list-style-type: none"> <li>1)с носка по VI позиции ног;</li> <li>2)на полупальцах;</li> <li>3)бег на полупальцах;</li> <li>4)прямой галоп(с правой и левой ноги);</li> <li>5)шаг с подскоком.</li> </ul> </li> <li>• Постановка корпуса.</li> <li>• Позиции ног: VI; I, II (свободные).</li> <li>• Подготовка к изучению позиций рук: этюд «Воздушный шар лети».</li> <li>• Положения рук: на поясе, на юбке, за спиной, «полочка».</li> <li>• Маленькие приседания (demi plie) по VI, I(свободной) позиции ног.</li> <li>• Выдвижение ног вперед (battement tendu) по VI позиции ног.</li> <li>• Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции ног.</li> <li>• Прыжки (saute) по VI позиции ног, по II позиции ног (свободной).</li> <li>• Комплекс танцевальной разминки (в линиях) на основе образов животного и растительного мира:</li> </ul>	16

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- «Здравствуйте» (движения на знание правой и левой рук, грамотное открывание рук вперед с положения на поясе);</li> <li>- «Кошечка», «Кузнечик», «Петушок», «Ежики», приставные шаги (движения для развития мышечного корсета ребенка, навыков танцевальности, всех видов памяти, внимания, координации).</li> <li>- «Мой веселый звонкий мяч», «Дождик», «Ворота», «Лягушка» (прыжковые комбинации).</li> </ul>	
5.	<b>Рисунок танца.</b>	<p>1. Научить детей ориентироваться в пространстве.</p> <p>2. Научить детей держать равнение в простых рисунках, соблюдать интервалы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рисунок танца «Круг»: <ul style="list-style-type: none"> <li>1) движение по линии танца.</li> </ul> Игры – «Бабочки», «Зайчики», «Часики», «Ежики», «В лес по грибы». <ul style="list-style-type: none"> <li>2) движение в круг, из круга.</li> </ul> Игра – «Надувайся мой шар». <ul style="list-style-type: none"> <li>3) комплекс танцевальной разминки по кругу.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рисунок танца «Линия».</li> <li>• Рисунок танца «Колонна».</li> <li>• Рисунок танца «Змейка».</li> </ul> <p>Можно разучивать в процессе музыкально-ритмической игры «Ниточка-иглолочка», «Паровозик», «Во поле березка стояла».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рисунок танца «Спираль».</li> </ul> Игры: «Клубочек», «Ниточка-иглолочка». <ul style="list-style-type: none"> <li>• Свободное размещение по залу.</li> </ul> Игры: «Найди свой кружочек», «Умные горошины». </li> </ul>	14
6.	<b>Концертная деятельность.</b>	<p>1. Научить детей двигаться в соответствии с музыкой.</p> <p>2. Развивать память, актерское мастерство.</p> <p>3. Готовить детей к самостоятельной концертной деятельности на утренниках в возрасте 3-5 лет.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выступления на утренниках.</li> <li>• Открытые уроки в конце полугодия или года.</li> <li>• Репертуар: «Белочки и шишки», «Петя – петушок», «Мишки – топтышки», «В лес по грибы», «Снежинки», «Зайка серенький», «Новогодние пингвины»,</li> </ul>	12

			«Птицы прилетели», «Солнышко и лучики»,  «Топ – топ».	
			<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ :</b>	72

**Тематическое планирование курса «Хореография»  
для детей младшего дошкольного возраста (5 -7 лет)  
2 модуль**

№ п/п	Тема	Задачи	Содержание	Количество академических часов
1.	<b>Введение.</b>	1.Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства. 2.Рассказать о пользе хореографии.	1. Беседа: «Ее величество – Терпсихора».	2

2.		<p>1. Учить анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с характером, динамикой музыки.</p>	<p>1. Задания на анализ музыкальных произведений.  2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, притопами, взмахом платочка).  3. Такт:  <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Творческая задача: поочередное вступление на каждый такт (2\4, 3\4, 4\4). Дети начинают движение по очереди на каждый следующий такт.</li> <li>▪ Игра «Эхо», «А, ну-ка, повтори!»</li> </ul> 4. Музыкальный жанр:  <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Полька, марш, вальс (устно определить).</li> <li>▪ Игра: «Марш-полька-вальс».</li> </ul> </p>	4
3.	<b>Партерная разминка.</b>	<p>1. Подготовить двигательный аппарат к исполнению сложных танцевальных движений и комбинаций.  2. Развить физические и психо-моторные способности детей.  3. Исправлять дефекты осанки (при помощи знаний и умений о правильной постановки корпуса).  4. Практика</p>	<p>1. Упражнения на развитие стоп: «Утюжки», «Клювики». Все виды ходов, шагов и проходов.  2. Упражнения для укрепления спины и выработки правильной осанки: «Цветочек», «Василек», понятие постановка корпуса.  3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов и наклонов корпуса: «Чунга-чанга», «Рак», «Дровосек», «Салют», «Ванька-встанька».  4. Упражнения на гибкость, развитие мышц брюшного пресса: «Стеночка», «Улитка», «Самолет», «Матрешка», «Лодка», «Корзинка», «Коробочка».  5. Упражнения для укрепления ног, бедер, тазового пояса: «Карандаш», «Указка», «Ножницы», «Бабочка», «Паучок», «Лягушка».</p>	6
4.	<b>Танцевальная разминка.</b>	<p>1. Развивать мышечный аппарат детей.  2. Развивать память, мышление.  3. Подготовить ребенка к разучиванию этюдов, танцевальных номеров.</p>	<p>1. Комплекс движений разминки по кругу (проучиваются все ходы, проходки, подскоки, галоп, бег на полупальцах, бег с откидыванием ног назад, бег с подниманием коленей вперед, марш на полупальцах).  2. Комплекс движений разминки в линиях, используя образы животных и растений, соединяя танцевальные движения в танцевальные комбинации.  3. Упражнения на развитие равновесия: «Цапля», «Стульчик» (используя различные положения рук).</p>	6

5.	<b>Основы классического танца.</b>	<p>1.Развивать силу и эластичность рук, ног, спины.</p> <p>2.Формировать правильную осанку не только в положении стоя, но и в движении.</p> <p>3.Учить правильному дыханию (особенно во время прыжковых комбинаций).</p>	<p>Экзерсис на середине зала.</p> <p>1.Точки зала (по системе А.Я. Вагановой).</p> <p>2.Положение en face.</p> <p>3.Позиции ног: I, II, III (свободные).</p> <p>4.Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.</p> <p>5.Понятия: рабочая и опорная нога.</p> <p>6.Исполнение demi plie по I позиции ног.</p> <p>7.Исполнение re le ve по I позиции ног.</p> <p>8.Перегибы корпуса.</p> <p>9.Исполнение temps leve saute по I свободной позиции ног.</p>	20
6.	<b>Рисунок танца.</b>	<p>1.Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.</p> <p>2.Изучить простые рисунки танца и перестроения из рисунка в рисунок.</p> <p>3.Привить навык запоминания, развить зрительную память.</p> <p>4.Привить навык держать равнение.</p>	<p>1. Движение по линии танца.</p> <p>2.Рисунок танца «Круг»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— замкнутый,</li> <li>— раскрытый (полукруг),</li> <li>— круг в круге,</li> <li>— понятие – лицом в круг, лицом из круга,</li> <li>— круг парами,</li> <li>— два круга.</li> </ul> <p>Научить перестраиваться из одного вида в другой.</p> <p>3.Рисунок танца: «Колонна», «Линия», понятие шахматный порядок.</p> <p>4. Понятие «Диагональ».</p> <p>5.Рисунок танца: «Клубок», «Змейка», «Ворота».</p> <p>Научить перестраиваться из одного рисунка в другой, используя сочетание рисунков в этюдах, танцах.</p>	6

7.	<b>Элементы народного танца.</b>	<p>1.Познакомить детей с историей русского танца, танцев других народов и национальностей.</p> <p>2.Рассказать об их отличительных особенностях, различной манере исполнения.</p> <p>3.Обучить основам народных танцев.</p>	<p>1.Введение в предмет народный танец, в предмет русский танец.</p> <p>2.Постановка корпуса.</p> <p>3.Изучение основ русского танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— работа рук в русском танце,</li> <li>— навыки работы с платочком,</li> <li>— русский поклон,</li> <li>— развитие подвижности стоп («елочка», «гармошка», «ковырялочка»),</li> <li>— ходы и проходки,</li> <li>— подготовка к дробям: притопы; удары (стопой, каблуком ),</li> <li>— хлопки и хлопучки (по груди, бедрам).</li> </ul> <p>4.Изучение основ народного танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— народов севера;</li> <li>— немецких танцев;</li> <li>— польских танцев;</li> <li>— белорусских танцев.</li> </ul>	10
8.	<b>Элементы балльных танцев.</b>	<p>1.Познакомить детей с историей зарождения балльного танца.</p> <p>2.Разучить «Па де граз».</p> <p>3.Разучить основные элементы «фигурного вальса».</p>	<p>1.Введение в предмет.</p> <p>2.Разучить танец «Па де граз».</p> <p>3.Изучить основные движения и элементы танца «Вальс»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— основной шаг (вперед-назад, из стороны в сторону);</li> <li>— вальсовая дорожка;</li> <li>— работа в паре (положение рук, повороты в паре, повороты девочки под рукой партнера);</li> <li>— перестроения вальсовой дорожкой в разные рисунки танца.</li> </ul>	6
9.	<b>Концертная деятельность.</b>	<p>1.Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.</p> <p>2.Подготовить к выступлениям на праздниках , утренниках, развлечениях.</p>	<p>Выступления на праздниках, утренниках, праздниках-развлечениях, конкурсах.</p> <p>Репертуар:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— хоровод «Осенние колоски»,</li> <li>— хоровод «Волшебство превращения»,</li> </ul>	

			<ul style="list-style-type: none"> <li>— пляска «Русский каравай»,</li> <li>— пляска «Пых-пых, самовар»,</li> <li>— этюд «Бабочки»,</li> <li>— «Вальс снежинок»,</li> <li>— «Рождественские звездочки»,</li> <li>— «Северяне»,</li> <li>— «Кляксы»,</li> <li>— «Весенний салют»,</li> <li>— «Прощальный вальс».</li> </ul>	12
			<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ:</b>	72

