

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД " ЗОЛУШКА "

Рассмотрена и рекомендована к  
утверждению педагогическим советом  
Протокол от 03.09.2018 №1



«Утверждена»  
Заведующий МБДОУ «Детский сад  
«Золушка» И.В. Атясова  
Приказ от 03.09.2018 №228

**Рабочая программа  
ПО ХОРЕОГРАФИИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 5-7 ЛЕТ**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «**Карамельки**» - художественная.

В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов сферы дополнительного образования детей относятся такие, как создание целостной системы обучения хореографии, которая позволила бы:

- выявить и развить личностные качества обучающихся, их одарённость;
- организовать полноценный досуг обучающихся, наполняя его активно-деятельным, эмоционально и психологически комфортным содержанием;
- привить им музыкально - эстетический вкус, умение ценить красоту;
- приобщить к культурным ценностям классического наследия;
- помочь обучающимся организовать здоровый образ жизни.

Таким образом, важно осуществлять процесс обучения хореографическому искусству с дошкольного возраста.

**Актуальность** программы состоит в том, что она ориентирована на духовно-нравственное развитие дошкольников, формируя у них чувство принадлежности к своей малой Родине, уважение к хореографическим традициям Донского края, толерантное отношение к самобытному танцевальному творчеству народов, проживающих в Российской Федерации. Представленная программа является фундаментом для развития хореографических способностей детей дошкольного возраста, так как включает теоретические знания по истории этого предмета, хронологическую последовательность важнейших направлений, стилей, явлений и событий в эволюционном пути развития хореографии в России и за рубежом, и в этом ее актуальность и значимость.

**Новизна** данной программы – это своеобразие темы «*Элементы современного танца*», в которую входит не только изучение современной пластики движений, постановки в современных ритмах, но и *танцевальной аэробики*, которая в настоящее время популярна своей простотой и доступностью. Детям нравится энергично двигаться под ритмичные популярные мелодии. Таким образом, обучающиеся, постепенно преодолевают трудности первых шагов на пути к вершине мастерства.

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.

### **Педагогическая целесообразность**

Обучение детей по данной 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.

Целесообразность данной программы состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Занимаясь по программе, дети имеют возможность попробовать овладеть различными направлениями танцевальной культуры.

Учитывая возрастные особенности детей дошкольного возраста, 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.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей. 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.

В процессе прохождения программы дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Музыкальный материал подбирается по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар. Репертуар к программе подбирается для каждого возраста детей.

**Цель программы** — формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

### **Задачи:**

*развивающие:*

- развитие физических данных ребенка, улучшение координации движений;
- развитие у детей музыкально-ритмических навыков;

- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;

*воспитательные:*

- формирование потребности здорового образа жизни;
- воспитание патриотизма, гражданственности нравственности, толерантности;
- психологическое раскрепощение ребенка;

*обучающие:*

- обучение дошкольников приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- обучение навыкам правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии.

### ***Отличительные особенности***

Программа разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. В основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

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

Данная программа 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 навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

***Возраст детей***, участвующих в реализации данной образовательной программы от 5 до 7 лет.

1 год обучения: 5 - 6 лет

2 год обучения: 6 - 7 лет

### ***Сроки реализации, продолжительность образовательного процесса***

Программа предназначена для обучения детей 5 – 7 лет в школе раннего развития и рассчитана на два учебных года. Этот период можно

определить как первый этап в освоении азов ритмики, азбуки классического, русского и современного танцев.

### ***Формы и режим занятий***

На первом и втором году обучения занятия проводятся 3 раза в неделю - 108 часов в год.

### ***Структура занятия***

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия — музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения. Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

### ***Основные психолого-педагогические особенности***

Образовательная программа учитывает психолого-возрастные особенности детей дошкольного возраста.

Для детей дошкольного возраста ведущей деятельностью является игровая. Основой впечатлений этого возраста остаются эмоции, происходит развитие интеллектуальных способностей, смена установок психики с двигательной-зрительной на зрительно-двигательную. Содержание данной программы способствует увеличению познавательной и двигательной активности, закладывает фундамент правильного поведения, возможности для художественно- эстетического развития.

На занятиях хореографией память развивается многократным выполнением движений независимо от смены музыкального сопровождения. Внимание ребенка - явление произвольное, но оно может быть полностью организовано самим обучающимся. Педагог держит внимание обучающегося под контролем, следит за колебаниями внимания, обусловленными индивидуальными психологическими особенностями (повышенная возбудимость или утомляемость, а так же снижение интереса к обучению).

Для разрядки чрезмерной возбудимости детей на занятиях хореографией, даются задания под музыку в жанре польки, исполняются движения - бег, подскоки, галоп, прыжки, игры в танцевальной форме, хореографический марафон и др.

### ***Формы подведения итогов по реализации образовательной программы***

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- открытые занятия для родителей;
- итоговое занятие;
- публичные выступления.

### ***Ожидаемые результаты образовательного процесса.***

*Обучающиеся научатся:*

- принимать и выполнять учебные (творческие) задачи;
- учитывать данные педагогом рекомендации в новом учебном материале в сотрудничестве с педагогом и сверстниками;
- адекватно воспринимать оценку педагога;
- различать способ и результат действия;
- проявлять познавательную инициативу в учебном и творческом сотрудничестве; самостоятельно учитывать выделенные педагогом ориентиры деятельности в новом учебном материале.
- воспринимать и понимать художественное творчество,
- проявлять интерес к хореографии как к виду искусства,
- следовать правилам здорового образа жизни, сочетать занятия с отдыхом, участвовать в коллективных и командных видах спорта;  
*учащийся получит возможность научиться:*
- наблюдать, контролировать свое физическое и психологическое состояние, развивать основные физические качества, волю, настойчивость, противостоять и преодолевать ситуации, представляющие опасность для жизни.
- воспринимать основы общечеловеческих и национальных культур, принимать духовные традиции и культуры многонационального народа России;
- обладать опытом в бытовой и культурно-досуговой сфере.

## Содержание программы

В возрасте 5-6 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнении, эмоционально осознанное восприятие.

Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения.

### 1. Вводное занятие

**Теория.** Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).

2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

### 2. Сценический шаг

**Теория.** Мелодия, ритм, темп. Музыкальные размеры 4\4, 2\4. Такт и затакт. Правила и логика перестроений. Понятие - танцевальный шаг.

Прослушивание музыки – тактирование- выделение сильной доли.

**Практика.** Поклон. Марш под музыку на месте, по кругу, вокруг себя, вправо, влево.

Рисунки танца: круг, диагональ, линия, строй, шахматный порядок, звездочка.

Шаги: танцевальный шаг, пружинистый шаг, приставные шаги, шаги на носках, на пятках, шаги накрест, шаги с остановкой (носок у колена), боковые шаги с носка и каблука. Бег: бег на носках, бег с захлестом голени назад, бег ножницами, подскоки, галоп.

Комбинации на координацию движений, общеразвивающие упражнения, хлопки, притопы, приставные шаги, упражнения для рук, ходьба, сидя на корточках, прыжки «мячик», прыжки поб-ой позиции, по точкам, повороты вправо, влево; прыжки - разножка, прыжки с поджатыми ногами.

### 3. Современный танец

**Теория:** Особенности исполнения движений современного танца. Основы ритмических движений.

**Практика:** упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног и стоп.

- приставной шаг, с хлопком, с каблуком, с ладошками, с plie. Те же элементы с шагом накрест.
- Поворот на шагах, поворот на месте
- шаги вперед-назад. «уголок»
- бег на полупальцах

- прыжки по точкам по VI п. (2-4-6-8), подскоки с подниманием колен с продвижением, на месте.

Элементы разминки:

- наклоны головы (крестом), повороты, вращение
- работа плеч: поочередное, одновременное поднимание и опускание, качалочка, круги вперед-назад.
- Работа стоп: на demiplié по II п., поочередное, одновременное поднимание и опускание пяток, качалочка.
- Упражнения на растяжку: выпады, «паучок», и т.п.

Виды движений для развития подвижности позвоночника:

- наклоны торса с прямой спиной вперед, назад, в стороны
- изгибы торса

#### **4. Народный танец**

**Теория:** Особенности русских народных движений. Позиции ног: открытые, закрытые, прямые. Позиции рук. Положения рук и кисти, головы, корпуса. Лирический и быстрый танец.

**Практика:** *Русский народно-сценический танец.*

Поклон в русском характере.

*Положения рук.* Раскрывание и закрывание рук на талию, в кулачках.

Полочка.

Подготовительное положение рук, кисти загнуты вверх и др.

*Удары стопами* в полуприседе, притоп, шаг с притопом, притоп с подскоком.

*Танцевальные движения:* «Гармошка». Припадание на месте, с продвижением в сторону по 6-ой, 3-ей поз. «Ковырялочка». «Моталочка». «Молоточки». Комбинации.

*Рисунки танца.* Переходы в парах, линиях, по кругу: «прочес», «змейка», «до – за - до», «воротца».

#### **5. Постановочная работа**

**Теория:** Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.

**Практика:** Разучивание комбинаций, отработка их. Постановка.

Примерный репертуар: «Мама», «Марш снеговиков», «Гномики», танец снежинок...

#### **6. Репетиционная работа.**

**Теория:** беседы об особенностях и отличиях при исполнении классических, народных и спортивных танцевальных номеров. Поведение на сцене: выход и уход. Эмоциональность исполнения и передача образа.

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и



творческим состоянием группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар музыкальный репертуар

## **7. Танцевальные этюды**

**Теория:** педагог корректирует исполнение отдельных элементов, фигур, рисунка. Занятия групповые и индивидуальные (по востребованию).

**Практика:** танцевальные этюды педагог ставит сам: они служат ступенью, подготовкой к дальнейшим номерам.

танцевальные этюды – обучающиеся импровизируют под музыку. Это поиск пластического образа, состояния настроения.

## **8. Публичные выступления**

**Практика:** Итогом деятельности детей становятся выступления на концертах, родительских собраниях. Радость детей, желание показать свои умения, смешивается со страхом: выход на сцену — очень ответственный шаг. И преодоление этого страха послужит детям в преодолении жизненных трудностей.

## **9. Итоговое занятие**

***К концу первого года обучения обучающийся будет***

***знать:***

- основы хореографических упражнений этого года обучения;

***уметь:***

- хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр;
- выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой,
- исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения;
- владеть навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

## **Содержание программы**

### **1. Вводное занятие.**

Введение в программу. Входящая диагностика. Проведение инструктажа по охране труда, правила поведения на занятиях в танцевальном коллективе, ПДД, ППБ. Организационное начало, игры на знакомство «У тебя, у меня».

***Цель:*** знакомство с воспитанниками, определение работы в коллективе решение организационных вопросов, определение музыкальных и

танцевальных данных воспитанников; знакомство с техникой безопасности на занятиях, ППД, ППБ.

*Форма работы:* групповая.

## **2. Эмоционально-творческое развитие.**

**Теория:** Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, обще развивающие игры.

**Практика:** Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, обще развивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук настанет и удары ладош». «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Музыкальный теремок». «Игры на развитие актёрского мастерства».

## **3. Танцевально-ритмическая гимнастика.**

Особенностью обучения 3-го года обучения является включение в программу знаний по музыке, урок ритмики. Музыка для детей становится возможностью выразить себя, найти свою музыку для души. Сегодня образцом для подражания становятся исполнители часто звучащие в эфире. И за мишурой аранжировки слушатели дошкольники не замечают пустоты текста, примитивных мелодий. Уроки ритмики раскрывают перед детьми иные грани музыки достойные внимания. Целью урока ритмики является развитие слуха, чувства ритма, формирование музыкального восприятия и представлений о выразительных средствах музыки.

- Игра-ритмика
- Игра-гимнастика
- Пластические и ритмические этюды.

*Цели:* развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие танцевальных данных, изучение танцевальных элементов, развитие ритмичности, музыкальности, эмоциональной выразительности, фантазии ребенка.

*Форма работы:* коллективная, групповая, парная.

## **4. Классический танец:**

- теоретические и практические основы техники исполнения классического танца;
- осуществление тесной взаимосвязи, взаимовлияния работы у станка и на середине зала;
- позы классического танца;
- *adagio, allegro;*
- история балета.

*Цели:* добиться целенаправленности физических усилий, прокладывая и осуществляя на каждом занятии глубокие внутренние связи между словом

педагога и мышечным ощущением воспитанника, добиться наиболее точного пластического выражения, услышанного в музыке.

*Форма работы:* коллективная, групповая, индивидуальная.

## **5. Народно-сценический танец.**

- Знакомство с основными элементами народного танца.
- Изучение и исполнение упражнений у станка и основных танцевальных элементов на середине зала.
- Овладение техникой, стилем, манерами исполнения народных танцев разной национальности.
- История возникновения народного танца.
- История возникновения народно-сценического танца.

*Цели:* овладение знаниями в области танцев народов мира их характером и манерой исполнения, в том числе самобытными особенностями народного танца своей области, развитие музыкальности, координации, сценической выразительности, творческой активности, воспитание чувства патриотизма, любовь к своей родине через любовь к танцу.

*Форма работы:* коллективная, групповая.

## **6. Танцевальные этюды**

- Сценическое движение.
- Сценический грим.
- Тренинг и игры на эмоциональное раскрепощение.
- Этюды на эмоциональную выразительность.

*Цели:* овладение умением передавать образы в танцевальных композициях, умение перевоплощаться, передавать настроение людей, вовлекая зрителя в общий замкнутый круг действий.

*Форма работы:* коллективная.

- **Композиция и постановка танца.**
- Сочинение танцевальной миниатюры.
- Этюдная работа.
- Постановка танца.
- «Драматургия танца».

*Цели:* знакомство с законами драматургии, развитие эмоционально-творческой деятельности, художественного вкуса, волевых качеств, действенно-практических способностей, самоконтроля и самооценки, формирование личностных качеств воспитанника (умение работать в коллективе, решать творческие споры, оказывать помощь участникам деятельности), умение применять полученные знания с пользой для себя и окружающих.

*Форма работы:* групповая, коллективная.

- **Репетиционная работа**

Постановочно-репетиционная деятельность:

а) подборка музыкального материала;

- б) предварительный отбор выразительных средств;
- в) сочинение композиционного построения – рисунок танца.

- **Публичные выступления.**
- Открытые занятия
- Родительские собрания

*Цели:* приобщение к концертной деятельности, развитие мотивации и личностной успешности, внимания и выносливости, самостоятельности и творческой активности, навыков коллективного взаимодействия, воспитание культуры поведения на сцене и во время репетиций.

*Форма работы:* коллективная, групповая, индивидуальная.

- **Тема: Бальный танец**

**Теория:** подготовка детей к выпускному балу из детского сада.

Разучиваются элементы и фигуры фигурного вальса.

*Практика:* Изучение основ танца «Вальс»: «лодочка» с поворотом, «окошко», вальс крестом, «елочка», «ручеек», шеен.

основные элементы:

«качели», «вальсовая дорожка», «перемена»; valance (покачивание в разные стороны); работа в паре: положение рук в паре, вращение «звездочка»; простые танцевальные комбинации.

### **11. Итоговое занятие.**

- Подведение итогов за учебный год.
- Отчетный концерт.

*Цели:* развитие мотивации, личностной успешности; развитие навыков группового взаимодействия; отслеживание результата приобретения воспитанниками знаний, умений, творческих, личностных и социально значимых достижений.

*Форма работы:* коллективная.

### ***К концу второго года обучения обучающийся будет***

*знать:*

- правила поведения на занятии и ПДД;
- позиции рук и ног;
- программный материал подготовительного этапа;

*уметь:*

- ориентироваться в пространстве;
- различать характер музыки, темп, размер, части, фразу;
- выполнять движения согласно характеру музыки;
- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;
- выполнять пластические, гимнастические и образные этюды.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

### 3.1 Формы занятий и подведения итогов, приемы и методы по каждой теме

| №<br>п/п | Раздел ОП                | Формы<br>занятий                   | Приемы и<br>методы<br>организации<br>образовательного<br>процесса (в<br>рамках занятия) | Формы<br>подведения<br>итогов                  |
|----------|--------------------------|------------------------------------|---|--|
| 1        | Вводное<br>занятие       | беседа,<br>практическое<br>занятие | наглядный<br>практический<br>вербальный   | Диагностика<br>хореографических<br>данных      |
| 2        | Сценический<br>шаг       | беседа,<br>практическое<br>занятие | наглядный<br>практический<br>вербальный   | Выступления,<br>открытые занятия               |
| 3        | Классический<br>танец    | беседа,<br>практическое<br>занятие | наглядный<br>практический<br>вербальный   | Выступления,<br>открытые занятия               |
| 4        | современный<br>танец     | беседа,<br>практическое<br>занятие | наглядный<br>практический<br>вербальный   | Выступления,<br>открытые занятия               |
| 5        | Народный<br>танец        | беседа,<br>практическое<br>занятие | наглядный<br>практический<br>вербальный   | Выступления,<br>открытые занятия               |
| 7        | Постановочная<br>работа  | беседа,<br>практическое<br>занятие | наглядный<br>практический<br>вербальный   | Выступления,<br>открытые занятия               |
| 8        | Репетиционная<br>работа  | практическое<br>занятие            | наглядный<br>практический<br>вербальный   | Выступления,<br>открытые занятия               |
| 9        | Танцевальные<br>этюды    | беседа,<br>практическое<br>занятие | наглядный<br>практический<br>вербальный   | Выступления,<br>открытые занятия               |
| 10       | Публичные<br>выступления | беседа,<br>практическое<br>занятие | практический  | Выступления,<br>открытые и<br>итоговые занятия |

Дидактический материал Техническое обеспечение занятий Компьютер  
Видеозаписи Коврики  
Аудиозаписи Форма  
Колонки

## • СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Буренина А.И. [Программа](#) по ритмической пластике для детей ред. «Ритмическая мозаика»
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии» Москва. «Айрис-пресс» 2000г.
3. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев, «Феникс» 2005
4. Воронина Н.В., Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения, Ярославль 2004
5. Зарецкая Н., Роот З. «Танцы в детском саду» Москва 2003г.
6. Овчаренко Е., Смолянинова Н. История и теория народно-сценического танца. – Барнаул, 2000.
7. Потуданская О.В., Программа школа-студия эстрадного танца «Саманта», МЦЭВДиМ г. Новочеркасск
8. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г.
9. Черемнова Е.Ю. Танцотерапия: танцевально-оздоровительные методики для детей — Ростов-на-Дону: Феникс, 2008