

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка - детский сад «Алёнушка»
города Белокурихи Алтайского края

ПРИНЯТО:
на заседании
педагогического совета,
протокол от 30.08.2024 № 1

УТВЕРЖДЕНО:
приказом от 30.08.2024 № 106-ОД

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ХОРЕОГРАФИЯ»

на 2024 - 2025 учебный год

Возраст обучающихся 5-7 лет
Срок реализации 2 года

Разработчик программы:
хореограф Т.А. Яшникова

г. Белокуриха, 2024

Содержание программы	
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1 Направленность программы, ее актуальность и новизна	3
1.2. Цели и задачи реализации Программы.....	5
1.3 Принципы и подходы к формированию и реализации Программы	5
1.4 Уровни освоения Программы	6
1.5. Возраст обучающихся	6
1.6 Сроки реализации	7
1.7 Формы и режим занятий	8
1.7 Планируемые результаты.....	9
1.8. Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:.....	9
2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	10
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	11
4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.....	21
4.1 Методы организации образовательного процесса	21
4.2 Обеспечение методическими материалами	22
4.3 Обеспечение средствами обучения и воспитания	22

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Направленность программы, ее актуальность и новизна

Дополнительная общеобразовательная программа художественной направленности «Хореография» (далее – Программа) – это локальный нормативный документ, определяющий содержание и организацию дополнительного образования в МБДОУ ЦРР-детский сад «Алёнушка» (далее – учреждение). Программа представляет собой комплекс средств воспитания, обучения, оздоровления, развития обучающихся, реализуемый на основе имеющихся ресурсов в соответствии с социальным заказом.

В соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р содержание Программы ориентировано на:

создание необходимых условий для личностного развития обучающихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;

удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии;

формирование и развитие творческих способностей обучающихся, выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся;

обеспечение духовно-нравственного, гражданского, патриотического воспитания обучающихся;

формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся.

Содержание программы соответствует:

достижениям мировой культуры, российским традициям, культурно-национальным особенностям региона и города,

уровню образования (дошкольному образованию),

современным образовательным технологиям,

методам контроля и управления образовательным процессом, и средствам обучения

Направленность программы: Художественная - направлена на развитие художественно-эстетического вкуса, художественных способностей и склонностей к различным видам искусства, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению великого мира искусства, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

Настоящая Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; СанПиН 3.3686-21 «Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней»;

- СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Законом Алтайского края от 04.09.2013 № 56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае»;

- Уставом МБДОУ ЦРР-детский сад «Алёнушка» и другими локальными актами.

Дошкольный период общепризнан как начальный этап развития внутреннего мира ребенка, его духовности, формирования общечеловеческих ценностей. Этот возраст является временем интенсивного развития и всесторонней любознательности. Изучение детьми хореографии, вводит их в мир волнующих перевоплощений, радостных переживаний, открывает путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных его возрасту.

Занятия хореографией способны оказать разностороннее комплексное влияние на развитие ребёнка и формирование его как эстетически и духовно развитой личности. Оказывая активное влияние на развитие эмоционально-образной сферы мышления, постоянно побуждая к творчеству, давая примеры нравственного поведения, тренируя волю и тело, хореография может дать детям то, чего не хватает в современном процессе обучения и воспитании детей - попытаться уравновесить, гармонизировать интеллектуальное развитие ребёнка с физическим, нравственным, духовным и эмоциональным.

Актуальность данной программы определяется социальным заказом родительского сообщества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания.

Новизна Программы является адаптация и совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению в хореографических студиях.

Программа разработана с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

При реализации Программы с детьми, испытывающими трудности в освоении Программы, осуществляется психолого - педагогическое сопровождение детей на основе индивидуального образовательного плана.

Обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемой программы осуществляется в порядке, установленном локальными нормативными актами учреждения.

1.2. Цели и задачи реализации Программы

Цель: Создать условия для развития личности дошкольников, способных к творческому самовыражению через овладение основами хореографии.

Задачи:

Развивающие задачи:

- развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;
- развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
- развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.

Обучающие задачи:

- осваивать простейшие танцевальные движения;
- осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений;
- приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев).

Воспитательные задачи:

- формировать художественный вкус;
- воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик - девочка);
- воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;
- формировать интерес к хореографическому искусству;
- воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами различных национальных культур.

1.3 Принципы и подходы к формированию и реализации Программы

В основу Программы заложены следующие основные принципы:

1. Принцип доступности обеспечивает обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка, соответствие содержания его возрастным особенностям.

2. Принцип систематичности заключается в непрерывности и регулярности занятий, повышении нагрузки, увеличении количества упражнений, усложнении техники их исполнения.

3. Вариативность интенсивности и продолжительности нагрузки предполагает чередование физических нагрузок с музыкально-ритмическими играми.

4. Индивидуализация заключается в построении образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка.

5. Наглядность предполагает показ физических упражнений, образный рассказ, подражание, имитацию известных детям движений.

6. Разноуровневость программы предоставляет детям возможность заниматься независимо от способностей и уровня общего развития, степени освоенности содержания детьми, исходя из диагностики и стартовых возможностей каждого ребенка.

Подходы к формированию Программы:

- личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых и детей;
- уважение личности ребенка;
- реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы.

1.4 Уровни освоения Программы

Содержание и материал программы организованы по принципу дифференциации в соответствии со следующими уровнями сложности:

- «Стартовый уровень». Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы;

- «Базовый уровень». Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы;

- «Продвинутый уровень». Предполагает использование форм организации материала, обеспечивающих доступ к сложным разделам в рамках содержательно-тематического направления программы.

1.5. Возраст обучающихся

Программа адресована для занятий с детьми 5-7 лет.

5 – 6 лет

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа,

предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

6 – 7 лет

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Интенсив-

ность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки. Для подбора движений соответствующие темпу музыке предлагаются следующие критерии:

Быстрый бег – 160 акцентов в минуту;

Подскоки, галоп – 120-150 акцентов в минуту;

Маховые движения – 80-90 акцентов в минуту;

Наклоны – 70 акцентов в минуту;

Повороты, наклоны головы, растягивания – 40-60 акцентов в минуту.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

1.6 Сроки реализации

Программа рассчитана на два года обучения, занятия проводятся в старших и подготовительных к школе группах.

Программа реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время, в соответствии с учебным планом в объединениях, сформированных в группы воспитанников одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющиеся основным составом объединения, а также индивидуально.

Сроки обучения по программе для детей-инвалидов могут быть увеличены в соответствии с индивидуальной программой реабилитации.

1.7 Формы и режим занятий

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:

Индивидуальная	Групповая	Фронтальная
Индивидуально-групповая	ансамблевая	работа по подгруппам

Режим занятий

Занятия проводятся в старшей и подготовительной группе 2 раза в неделю. Длительность занятий: до 30 минут. Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (сентябрь), итоговая (май).

Структура занятия по хореографии – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной.

Подготовительная часть занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят:

гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения) ритмика;

музыкально – подвижные игры;

танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы);

музыкально- ритмическая композиция.

Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идет основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческих способностей детей. В нее входят: ритмические и балльные танцы, гимнастика.

Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, на укрепление осанки, дыхательные упражнения, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Образовательные и воспитательные занятия с детьми при благоприятных погодных условиях, соответствующих требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13, максимально проводятся на улице. Дети гуляют на отведенных для их групп площадках и не контактируют с детьми из других групп.

1.7 Планируемые результаты

1 год обучения. После первого года обучения, занимающиеся 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. 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 общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, приставной шаг с приседанием, с продвижением вперёд, 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 ~~этого года обучения~~.

После второго года обучения занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку. 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).

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.

1.8. Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:

Спектр способов и форм выявления результатов	Спектр способов и форм фиксации результатов	Спектр способов и форм предъявления результатов
Беседа, опрос, наблюдение, праздничные мероприятия, фестивали, концерты, зачеты, конкурсы, соревнования.	Грамоты, дипломы, анкеты, конкурсы, фестивали	Праздники, концерты, утренники, родительские встречи, мониторинг

Хореограф использует в работе с детьми дневники достижений воспитанников, индивидуальные маршрутные листы, карты оценки результатов освоения программы, дневники педагогических наблюдений

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Количество часов					
		1 год обучения			2 год обучения		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Вводная тема. Партерная гимнастика	4	10	14			
2.	Классический танец	4	10	14	4	10	14
3	Народно-сценический танец	4	12	16	4	10	14
4	Танцевальные этюды	4	8	12	4	12	16
5	Игровой сюжетный танец	4	12	16	4	8	12
6	Бальный, современный танец				4	12	16
7	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей				4	10	14
	ИТОГО			72			72

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно и зависит от контингента воспитанников, оснащенности дошкольного учреждения, культурных и региональных особенностей, эпидемиологической ситуации в регионе.

В старшем дошкольном возрасте выделяется время для занятий учебно-тренирующего характера. В практике используются разнообразные формы работы с детьми.

Если в регионе неблагоприятная эпидемиологическая обстановка, существует высокий риск заражения детей инфекционными заболеваниями, в том числе коронавирусной инфекцией, любые работы с детьми, которые предполагают массовость (концерты, общесадовские праздники, спортивные соревнования, выездные экскурсии и др.) запрещены.

Первый год обучения

№ п/п	Тема
1.	Вводное занятие.
2.	Партерная гимнастика: <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; - упражнения для улучшения гибкости позвоночника; - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; - упражнения для исправления осанки; - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
3.	Упражнения на ориентировку в пространстве: <ul style="list-style-type: none"> - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия колонка; - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал; - различие правой, левой руки, ноги, плеча; - повороты вправо, влево; - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7); - движение по линии танца, против линии танца.
4.	Упражнения для разминки: <ul style="list-style-type: none"> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»; - повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; - повороты плеч с одновременным полуприседанием;

	<ul style="list-style-type: none"> -движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх; - «Качели» (плавный перекал с полупальцев на пятки); - чередование шагов на полупальцах и пяточках; - прыжки поочередно на правой и левой ноге; - простой бег (ноги забрасываются назад); - «Цапелки» (шаги с высоким подниманием бедра); - «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра); - «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед); - прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без; - бег на месте и с продвижением вперед и назад.
5.	<p>Классический танец.</p> <p>1. Постановка корпуса.</p> <p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти; - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца; - раскрытие и закрытие рук, подготовка к движению; <p>3. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demiplie (по 1 позиции); - releve(по 6 позиции); - saute(по 6 позиции); - легкий бег на полупальцах; - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции); - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battementtendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
6.	<p>Народный танец.</p> <p>1. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к началу движения (ладошка на талии); - хлопки в ладоши; - взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.); - положение «полочка» (руки перед грудью); - положение «лодочка». <p>2. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая); -простой бытовой шаг; - «Пружинка»-маленькое тройное приседание (по 6 позиции); - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса; - battementtendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере; - battementtendu вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием; - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами; - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции; - простой приставной шаг с притопом; -поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без); - приставной шаг с приседанием;

	<ul style="list-style-type: none"> - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота; - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам, лицом друг к другу (положение рук «лодочка»); - «елочка»; - «ковырялочка»; - поклон в русском характере (без рук). <p>3. Танцевальные комбинации.</p>
7.	Танцевальные этюды, танцы: - сюжетные танцы к праздничным утренникам.
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
9.	Итоговое контрольное занятие.
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.

Второй год обучения

№ п/п	Тематическое планирование
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<p>Классический танец: Повтор 2 года обучения.</p> <p>Движения рук: - portdebras.</p> <p>Движения рук: -demi-plie ; battement tendu; passé; - releve.</p> <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
3.	<p>Народный танец:</p> <p>1. Повтор 2 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки).</p> <p>3. Движения ног: - поклон в русском характере; - кадрилиный шаг с каблука; - шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу); - пружинящий шаг; - хороводный шаг; - хороводный шаг с остановкой ноги сзади; - хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок; - переменный ход вперед, назад; - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук); - ковырялочка с подскоком;</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - боковое «припадание» по 3 поз.; - «припадание» в повороте; - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону; - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад); - подготовка к «веревочке»; - «веревочка»; - прыжок с поджатыми; (девочки): - вращение на полупальцах; (мальчики): - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»); - присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу; - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук; - скользящий хлопок по бедру, по голени; - одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад; - «гусиный шаг». 4. Движения в паре: - соскок на две ноги лицом друг к другу; - пружинящий шаг под ручку (в повороте). 6. Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца»; - «карусель». 5. Танцевальные комбинации.
4.	<p>Бальный танец:</p> <p>1. Повтор 2 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения ног:</p> <p>Полька:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг польки (по одному, по парам); - раг польки в сочетании с подскоками; - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад); - прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам). <p>Вальс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг вальса (по одному, по парам); - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад). <p>Полонез:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг полонеза; - раг полонеза в парах по кругу. <p>Рок-н-ролл:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основное движение – «рок-н-ролла»; - открывание ноги с точкой вперед, в сторону, с продвижением вперед, назад, с поворотом; - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны. <p>3. Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину; - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта). <p>4. Танцевальные комбинации.</p>

5.	Этюды
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Старшая группа

М ц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<p>Занятие 1. Вводное занятие.</p> <p>Занятие 2. Партерная гимнастика: -упражнения для подвижности стопы.</p>	<p>Занятие 3. Партерная гимнастика: -упражнения для гибкости суставов.</p> <p>Занятие 4. Партерная гимнастика: -упражнения для эластичности мышц и связок.</p>	<p>Занятие 5 . Постановка корпуса.</p> <p>Занятие 6. Упражнения на ориентировку в пространстве: - игра «Найди свое место».</p>	<p>Занятие 7. Партерная гимнастика: -упражнения для развития силы мышц ног.</p> <p>Занятие 8. Упражнения для разминки: - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка».</p>
О К Т Я Б Р Ь	<p>Занятие 9. Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие построения: линия, колонка.</p> <p>Занятие 10. Упражнения для разминки: -наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; -движения плеч; -движения руками.</p>	<p>Занятие 11. Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие построения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал.</p> <p>Занятие 12. Упражнения для разминки: -«Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов).</p>	<p>Занятие 13. (н.т.) Положения и движения рук: -подготовка к началу движения (ладошка на талии).</p> <p>Занятие 14. Положения и движения ног: - простой бытовой шаг вперед с каблука.</p>	<p>Занятие 15. (н.т.) Положения и движения ног: - 6 позиция.</p> <p>Занятие 16. Положения и движения ног: - легкий бег на полупальцах.</p>

Н О Я Б Р Ь	<p>Занятие 17. Упражнения на ориентировку в пространстве: - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево.</p> <p>Занятие 18. Упражнения на ориентировку в пространстве: - движения по линии танца, против линии танца.</p>	<p>Занятие 19. (н.т.) Положения и движения ног: - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса.</p> <p>Занятие 20. Упражнения для разминки: - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.</p>	<p>Занятие 21. Упражнения для разминки: - «Цапелъки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра.</p> <p>Занятие 22. (к.т.) Положения и движения ног: -sote (6 позиция).</p>	<p>Занятие 23. Упражнения для разминки: - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге.</p> <p>Занятие 24. Упражнения на ориентировку в пространстве: - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7).</p>
Д Е К А Б Р Ь	<p>Занятие 25. (к.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2,3)</p> <p>Занятие 26. Положения и движения ног: - позиции ног (свободные 1,2,3;)</p>	<p>Занятие 27. (н.т.) Положения и движения ног: 2 – прямая закрытая).</p> <p>Занятие 28. Упражнения для разминки: - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию;</p>	<p>Занятие 29. Упражнения для разминки: - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны.</p> <p>Занятие 30. (к.т.) Положения и движения рук: - подготовительная позиция; - подготовка к началу движения.</p>	<p>Занятие 31. (к.т.) Положения и движения рук: - позиции рук (1-3);</p> <p>Занятие 32. - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.</p>
Я Н В А Р Ь	<p>Занятие 33. (к.т.) Положения и движения рук: - раскрытие и закрывание рук.</p> <p>Занятие 34. (к.т.) Положения и движения ног: - releve по 6 позиции с фиксацией наверху.</p>	<p>Занятие 35. (к.т.) Положения и движения ног: - demi-plie (1 поз.).</p> <p>Занятие 36. (н.т.) Положения и движения ног: - battementtendu вперед, сторону на носок с переводом на каблук</p>	<p>Занятие 37. (н.т.) Положения и движения ног: - притоп простой, двойной, тройной;</p> <p>Занятие 38. (н.т.) Положения и движения рук: - хлопки в ладоши.</p>	<p>Занятие 39. (н.т.) Положения и движения ног: - battementtendu на носок с переводом на каблук с приседанием .</p> <p>Занятие 40. (н.т.) - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.</p>

		в русском характере.		
Ф Е В Р А Л Б	<p>Занятие 41. (к.т.) Положения и движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед).</p> <p>Занятие 42. (к.т.) Положения и движения ног: - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной поз.).</p>	<p>Занятие 43. (н.т.) Положения и движения рук: - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.).</p> <p>Занятие 44. (н.т.) Положения и движения ног: - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.</p>	<p>Занятие 45. (н.т.) Положения и движения ног: - простой приставной шаг с притопом;</p> <p>Занятие 46. (н.т.) - простой приставной шаг с приседанием.</p>	<p>Занятие 47. (н.т.) Положения и движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью).</p> <p>Занятие 48. (н.т.) Положения и движения ног: - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).</p>
М А Р Т	<p>Занятие 49. (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения);</p> <p>Занятие 50. (н.т.) - перенос корпуса с одной ноги на другую (через <i>battement tendu</i>)</p>	<p>Занятие 51. (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения);</p> <p>Занятие 52. (н.т.) - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.</p>	<p>Занятие 53. (н.т.) Положения и движения ног: - «Ковырялочка»;</p> <p>Занятие 54. (н.т.) Положения и движения ног: - «Ковырялочка» (с притопом).</p>	<p>Занятие 55. (н.т.) Положения и движения ног: - «Елочка»;</p> <p>Занятие 56. (н.т.) Положения и движения рук: - «Матрешка».</p>
А П Р Е Л Б	<p>Занятие 57. (к.т.) Положения и движения ног: - приставные шаги по парам, лицом друг к другу.</p> <p>Занятие 58. (к.т.) Положения и</p>	<p>Занятие 59. - реверанс для девочек, поклон для мальчиков.</p> <p>Занятие 60. - поклон в русском характере (без рук).</p>	<p>Занятие 61. Повторение пройденного материала.</p> <p>Занятие 62. Повторение пройденного материала.</p>	<p>Занятие 63. Танцевальные этюды.</p> <p>Занятие 64. Танцевальные этюды.</p>

	движения рук: - «Лодочка» (положение рук в паре).			
М А Й	Занятие 65. Танцевальные этюды.	Занятие 67. Танцевальные этю- ды.	Занятие 69. Подготовка к кон- трольному итогов- вому занятию.	Занятие 71. Диагностика уровня му- зыкально-двигательных способностей детей.
	Занятие 66. Танцевальные этюды.	Занятие 68. Танцевальные этю- ды.	Занятие 70. Итоговое кон- трольное занятие.	Занятие 72. Диагностика уровня му- зыкально-двигательных способностей детей.

Подготовительная группа

М-	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	Занятие 1. Диагностика уровня музыкально- двигательных способ- ностей детей на начало года.	Занятие 3. Повторение 2 го- да обучения. Классический танец (положе- ния и движения ног).	Занятие 5. (к.т.) Движения ног: - releve.	Занятие 7. (к.т.) Движения ног: - battementtendu.
	Занятие 2. Повторение 2 года обу- чения. Классический танец (упражнения на ориен- тировку в пространстве, положения и движения рук)	Занятие 4. (к.т.) Движения рук: - port de bras.	Занятие 6. (к.т.) Движения ног: - demi – plie.	Занятие 8. (к.т.) Движения ног: - passé.
О К Т Я Б Р Ь	Занятие 9. Повторение 2 года обучения. Народный танец (по- ложения и движения рук, положения рук в паре).	Занятие 11. Повторение 2 го- да обучения. Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).	Занятие 13. (н.т.) Движения ног: - поклон в рус- ском характере.	Занятие 15. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с остановкой ноги сза- ди.
	Занятие 10. Повторение 2 года обу- чения. Народный танец (дви- жения ног, упражнения на ориентировку в про- странстве).	Занятие 12. (н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положе- ния в другое.	Занятие 14. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг.	Занятие 16. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с выносом ноги на но- сок вперед.

Н О Я Б Р Ь	<p>Занятие 17. (н.т.) Движения ног: - переменный ход вперед, назад.</p> <p>Занятие 18. (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; (девочки); - взмахи платочком.</p>	<p>Занятие 19. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца»; - «карусель».</p> <p>Занятие 20. (н.т.) Движения ног: - боковое «припадание» по 3 позиции.</p>	<p>Занятие 21. (н.т.) Движения ног: - «припадание» в повороте.</p> <p>Занятие 22. (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок по бедру, по голени.</p>	<p>Занятие 23. (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</p> <p>Занятие 24. (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</p>
Д Е К А Б Р Ь	<p>Занятие 25. (н.т.) Движения ног: - кадильный шаг с каблука.</p> <p>Занятие 26. (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (каблуком по полу).</p>	<p>Занятие 27. (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (полупальцами по полу).</p> <p>Занятие 28. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг.</p>	<p>Занятие 29. (н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук).</p> <p>Занятие 30. (н.т.) Движения ног: «ковырялочка» с подскоком.</p>	<p>Занятие 31. (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте.</p> <p>Занятие 32. (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.</p>
Я Н В А Р Ь	<p>Занятие 33. (н.т.) Движения ног: - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте.</p> <p>Занятие 34. (н.т.) Движения ног: - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.</p>	<p>Занятие 35. (н.т.) Движения ног: - подготовка к «веревочке».</p> <p>Занятие 36. (н.т.) Движения ног: - «веревочка».</p>	<p>Занятие 37. (н.т.) Движения ног: - прыжок с поджатыми; (мальчики); - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком).</p> <p>Занятие 38. (н.т.) Движения ног: (мальчик): - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»).</p> <p>Движения в паре: - соскок на две ноги лицом друг другу.</p>	<p>Занятие 39. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку по кругу; (мальчики); - присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу.</p> <p>Занятие 40. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку в повороте; (мальчики); - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.</p>

Ф Е В Р А Л Б	<p>Занятие 41. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца». Движения ног: (мальчики): - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад.</p> <p>Занятие 42. (н.т.) Движения ног: (девочки): - вращение на полупальцах; (мальчики): - «гусиный шаг».</p>	<p>Занятие 43. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «карусель». Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</p> <p>Занятие 44. (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</p>	<p>Занятие 45. «Русская плясовая».</p> <p>Занятие 46. «Русская плясовая».</p>	<p>Занятие 47. Повтор 2 года обучения. Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре).</p> <p>Занятие 48. (б.т.) Движения ног: Полька: - раг польки (по одному); - раг польки (по парам).</p>
М А Р Т	<p>Занятие 49. (б.т.) Движения ног: Полька: - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте.</p> <p>Занятие 50. (б.т.) Движения ног: Полька: - раг польки в сочетании с «подскоками».</p>	<p>Занятие 51. (б.т.) Движения ног: Полька: - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад).</p> <p>Занятие 52.. (б.т.) Движения ног: Полька: - прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.</p>	<p>Занятие 53. (б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</p> <p>Занятие 54. (б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</p>	<p>Занятие 55. (б.т.) Движения ног: Вальс: - раг вальса (по одному, по парам).</p> <p>Занятие 56. (б.т.) Движения ног: Вальс: - arabalace (на месте, с продвижением вперед, назад).</p>
А П Р Е Л Ь	<p>Занятие 57. (б.т.) Движения в паре: - легкий бег на полупальцах по парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину); - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка выполняет поворот под руку на</p>	<p>Занятие 59. (б.т.) Движения ног: Полонез: - раг полонеза; - раг полонеза (в парах, по кругу).</p> <p>Занятие 60. (б.т.) Танцевальная комбинация, по</p>	<p>Занятие 61. (б.т.) Движения ног: Рок-н-ролл: - основное движение «Рок-н-ролл».</p> <p>Занятие 62. (б.т.) Движения ног: Рок-н-ролл:</p>	<p>Занятие 63. (б.т.) Движения ног: Рок-н-ролл: - шаги в сторону «буратино».</p> <p>Занятие 64. (б.т.) Движения ног: Рок-н-ролл : - хоппы «танцующие</p>

	сильную долю такта). Занятие 58. (б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»).	строенная на основных шагах («Полонез»).	-прыжки в стороны «гармошка»	петушки».
М А Й	Занятие 65. (б.т.) Движения ног: Рок-н-ролл: - буги вперед-назад «лесенка». Занятие 66. (б.т.) Движения ног: Рок-н-ролл: - пяточки, большие пяточки «щгаем через лужу».	Занятие 67. «Рок-н-ролл». Занятие 68. «Рок-н-ролл».	Занятие 69. Подготовка к контрольному итоговому занятию. Занятие 70. Итоговое контрольное занятие.	Занятие 71. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей. Занятие 72. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

4.1 Методы организации образовательного процесса

Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия:

Словесные	Наглядные	Практические
Устное изложение - беседа, объяснение, анализ танца	Показ видеоматериалов, иллюстраций; Показ педагогом приёмов исполнения; Наблюдение	Тренинг; Вокальные упражнения Тренировочные упражнения

Выбор методов и приемов зависит от образовательных задач, от возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Основным методом обучения хореографии детей является игровой метод, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

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, 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.

4.2 Обеспечение методическими материалами

Перечень используемых программ, методических пособий:

Федеральная образовательная программа дошкольного образования / 2022 – 235 с.

Основная образовательная программа муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Центр развития ребенка – детский сад «Алёнушка» / 2023. - 36 с.

М.А. Адашевская Программа «Путешествие в страну Хореографии» - М.: Просвещение , 2010 - 38.

Барышникова Т.К. «Азбука хореографии». – СПб., 1996.

Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». – М., 2004.

Гусев Г.П. «Этюды». – М., 2004.

Звездочкин В.А. «Классический танец». – Ростов н/Д., 2003.

Устинова Т. «Беречь красоту русского народного танца». – М., 1959.

Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение». – М., 1984.

Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать». – М., 2003.

Белов М. «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства». - М., 1953.

Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду». Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., Линка – Пресс, 2006.

Иванов В.А. «Детский танец», методическое пособие, Пермь, 1998г.

Ритмическая мозаика - Буренина А.И.(г. Санкт – Петербург 2000 год);

«Са-фи-дансе» -танцевально-игровая гимнастика для детей – Фирилёва Ж.Ё., Сайкина Е.Г.;

С.И.Бекина, Т.П.Ломова, Е.Н.Соковнина «Музыка и движение»

(для всех возрастных групп);

Е.П.Раевская, С.Д.Руднева «Музыкально – двигательные упражнения в детском саду».

4.3 Обеспечение средствами обучения и воспитания

Для эффективной реализации Программы и качественной организации образовательного процесса, используются разнообразные средства обучения:

технические, музыкальные, наглядно-дидактические и другие.

Технические средства реализации Программы

Для проведения занятий имеется:

совмещенный музыкально-спортивный зал, отвечающий санитарно-гигиеническим требованиям, оформленный в соответствии с темой проводимых занятий;

технические средства обучения - компьютерное оборудование, мультимедийный проектор, музыкальные центры (2 шт.), аудио-видеоаппаратура , цифровое пианино.

В зале проведен Интернет. К сети подключено рабочее место. Настроено программное обеспечение дистанционной работы. Сеть активно используется в целях обмена опытом с коллегами образовательных учреждений города, региона, страны, а так же для проведения занятия с детьми, в том числе дистанционных, если воспитанники по каким-то причинам не посещает детский сад.

Музыкальные и наглядно - дидактические средства обучения и воспитания

В учреждении имеются:

Музыкальные диски с театрализованными эффектами и шумами;

Фонотека (музыка для музыкально-ритмических движений, в каждой возрастной группе) ;

Фонотека с произведениями классических авторов (П.И. Чайковский, А. Вивальди, В.А. Моцарт, И.С. Бах, Э. Григ и др.) и современных композиторов и исполнителей (А. Рыбников, Т. и С. Никитины, Е. Крылатов, Ю. Энтин, Г. Гладков, А. Айги, Ф. Гласс, Б. Гребенщиков и др.);

Видеотека (танцы народов России, П. И. Чайковский «Детский альбом», Д. Б. Кабалевский «Клоуны», «Три подружки», Римский – Корсаков «Полет шмеля», «Белка», «Три чуда» и т.д.);

Видеотека (танцы народов России, П. И. Чайковский «Детский альбом», Д. Б. Кабалевский «Клоуны».«Три подружки», Римский – Корсаков «Полет шмеля», «Белка», «Три чуда» и т.д.);

костюмы к танцам;

гимнастические коврики (20 штук);

детские музыкальные инструменты: (бубны, погремушки, ложки, треугольники, металлофоны, ксилофоны, цимбалы; бубенцы, трещетки, диатонические колокольчики, маракасы, барабаны, коробочки и т.д.);

атрибуты к играм, танцам (косынки, платочки, султанчики, шапочки животных и т.д.);

разнообразный дидактический материал и другое.