

**НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ**  
**частное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Солнышко»**  
**142403, Московская область, г. Ногинск, ул. Тихая, д.18**  
**тел. 8(496)516-61-51**

Принята  
на педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2021г.



Утверждаю  
Директор НЧДОУ  
«Детский сад «Солнышко»  
Л.Б. Энгель  
«01» сентября 2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Хореография»  
(художественная направленность)  
(для детей от 3 до 7 лет)  
Срок реализации программы 2021 – 2025 учебный год**

Составила:  
Музыкальный руководитель  
Лукашевич Н.О.

г. Ногинск  
2021г.

## Программа "Хореография"

### Оглавление

1. Пояснительная записка	
1.1. Актуальность программы.....	2
1.2. Направленность.....	4
1.3. Цель программы.....	4
1.4. Задачи обучения.....	4
2. Основные направления и содержание образовательной деятельности	
2.1. Технологии, методы и приёмы.....	5
2.2. Тематическое планирование занятий .....	6
3. Условия реализации программы	
3.1. Формы проведения занятий.....	9
3.2. Материально-техническое оснащение.....	9
4. Механизм оценки получаемых результатов	
4.1. Предполагаемые результаты освоения детьми программы.....	10
4.2. Форма оценивания результатов освоения программы.....	10
4.3. Форма представления результатов работы.....	10
Литература.....	11

## **1. Пояснительная записка.**

### **1.1. Актуальность программы.**

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в дошкольном образовательном учреждении предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования требуют от педагогов дошкольного учреждения реализации следующих задач:

- охраны жизни и укрепления здоровья детей;
- всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями;
- сохранения и поддержки индивидуальности ребёнка, развития индивидуальных способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;
- формирование общей культуры воспитанников, развития их нравственных, интеллектуальных, физических, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности, формирования предпосылок учебной деятельности;
- обеспечение равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей.

Для решения данных задач разрабатываются основные образовательные программы. Однако, художественно-эстетическое развитие ребенка, по результатам опроса родителей, требует дополнительных занятий с детьми по таким направлениям, как хореография.

Программа «Хореография» ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника. Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения. Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

**1.2. Направленность - художественно-эстетическая.**

**1.3. Цель программы** - приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников; привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту; выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

**1.4. Задачи обучения:**

Прививать детям любовь к танцу

Соразмерно сформировать их танцевальные способности

Развивать чувство ритма

Эмоциональную отзывчивость на музыку

Танцевальную выразительность

Координацию движения

Ориентировку в пространстве

Воспитать художественный вкус

Задача первого года обучения - научить детей определенным практическим навыкам в области танцевального искусства и развить эстетический вкус.

Задача второго, третьего и четвертого года обучения - научить детей новым танцевальным движениям, ориентироваться в пространстве и самостоятельно разводить танцевальный рисунок.

## **2. Основные направления и содержание образовательной деятельности.**

### **2.1. Технологии, методы и приёмы.**

Программа «Хореография» разработана на основе технологии Бриске И.Э. «Ритмика и танец». На занятиях используются различные виды деятельности: ритмика и элементы музыкальной грамоты, танцевальная азбука и элементы художественной гимнастики, танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика.

Методы и приемы развивающего обучения детей зависят от вида занятий (вводное занятие, партерная гимнастика, упражнения на ориентировку в пространстве, движения с предметами и игрушками (мяч, платочек, обруч, погремушки и др.), танцевальные элементы, этюды и игры, танцы)

#### **1. Вводное занятие.**

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

#### **2. Партерная гимнастика.**

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Партерная гимнастика - это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

#### **3. Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

#### **4. Движения с предметами и игрушками (мяч, платочек, обруч, погремушки и др.).**

#### **5. Танцевальные элементы.**

#### **6. Этюды и игры**

#### **7. Танцы**

### **2.2 Тематическое планирование занятий.**

Программа «Хореография» рассчитана на четыре года обучения и рекомендуется для занятий с детьми с 3 до 7 лет.

В работе с дошкольниками обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

### Тематический план занятий с детьми 3-4 лет

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	25
2	Партерная гимнастика.	29
3	Танцевальные этюды, игры, танцы.	13
4	Итоговое занятие.	1
Итого:		68

#### Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Ознакомление детей с танцевальной азбукой:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.

#### Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу.

#### Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- ознакомление детей с играми;
- применение игр на занятиях.

Тема 4. Итоговое занятие:

- показ занятия родителям.

## Тематический план занятий с детьми 4-5 лет

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	25
2	Партерная гимнастика.	29
3	Танцевальные этюды, игры, танцы.	13
4	Итоговое занятие.	1
Итого		68

### Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;
- упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;
- упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;

- упражнения с предметами. Развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.

Выполнение проученных упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный бег с захлестом голени;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг
- шаги на полупальцах и пятках;
- притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками.

Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве.

Выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

### Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с новыми элементами партерной гимнастики:

- образные движения;
- танцевальные этюды на полу.

Выполнение проученных упражнения партерной гимнастики на растягивания и гибкость.

### Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы.

Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.

Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.

Отгадывание музыкальных загадок.

### Тема 4. Итоговое занятие.

- показ родителям проученного материала;

## Тематический план занятий с детьми 5-7 лет

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	26
2	Партерная гимнастика.	26
3	Танцевальные этюды, игры, танцы.	15
4	Итоговое занятие.	1
Итого		68

### Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;
- упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;
- упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;

- упражнения с предметами. Развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.

Выполнение проученных упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный бег с захлестом голени;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг
- шаги на полупальцах и пятках;
- притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками.

Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве.

Выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

### Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с новыми элементами партерной гимнастики:

- образные движения;
- танцевальные этюды на полу.

Выполнение упражнений партерной гимнастики на растягивания и гибкость.

### Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы.

Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.

Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.

Отгадывание музыкальных загадок.

### Тема 4. Итоговое занятие:

- показ родителям проученного материала;
- выступление на сценической площадке с танцевальным номером.



### **3. Условия реализации программы.**

#### **3.1 Формы проведения занятий.**

Занятия проводятся – 2 раза в неделю (2 часа). Итого – 68 часов в год.

Для детей 3-4 лет продолжительность занятия 15 минут, для детей 4-5 лет продолжительность занятия 20 минут, для детей 5-6 лет продолжительность занятия 25 минут, для детей 6-7 лет продолжительность занятия 30 минут.

#### **3.2 Материально-техническое оснащение.**

Музыкальный зал.

Нотно-методическая литература.

Методические пособия по всем разделам хореографической деятельности.

Экран, проектор, телевизор.

Аудиокассеты, CD – диски («Мир танца для детей» и др.).

Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.

Фортепиано.

Резиновые мячи среднего размера.

Коврики.

Костюмы для концертной деятельности.

Дидактический материал: картинки, схемы, игрушки.

## **4. Механизм оценки получаемых результатов**

### **4.1. Предполагаемые результаты освоения детьми программы**

К концу обучения дети знают:

- начало и конец музыкального вступления,
- названия новых танцевальных элементов и движений,
- правила исполнения движений в паре;

умеют:

- откликаться на динамические оттенки в музыке,
- выполнять простейшие ритмические рисунки,
- реагировать на музыкальное вступление,
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы,
- давать характеристику музыкальному произведению,
- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.
- исполнять движения в парах, в группах.
- держаться правильно на сценической площадке.

### **4.2 Форма оценивания результатов освоения программы**

Мониторинг развития практических навыков в области танцевального искусства и развития эстетического вкуса, освоения программы «Хореография» осуществляется в форме наблюдения за детьми и оценивания уровня приобретения практических знаний и умений (низкий, средний, высокий).

\* Оценка уровня:

«высокий» уровень - все показатели отмечены знаком «+»;

«средний» уровень - большинство показателей отмечены знаком «+»;

«низкий» уровень - большинство показателей отмечены знаком « - ».

#### **Показатели:**

1. Узнает начало и конец музыкального вступления.
2. Знает названия новых танцевальных элементов и движений.
3. Знает правила выполнения движений в паре.
4. Умеет откликаться на динамические оттенки музыки.
5. Умеет выполнять простейшие ритмические рисунки.
6. Умеет реагировать на музыкальное вступление.
7. Умеет красиво и правильно исполнять танцевальные элементы.
8. Умеет давать характеристику музыкальному произведению.
9. Умеет хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.
10. Умеет исполнять движения в парах, в группах.

Результаты освоения программы детьми всех групп оформляются в виде сводной таблицы «Результаты освоения программы» (Таблица 1).

Таблица 1

Результаты освоения программы «Хореография»

Группа для детей \_\_\_\_\_ лет

Фамилия, имя ребенка

Уровень освоения программы

Начало учебного года

Конец учебного года

Итоговый результат

### **4.3 Форма представления результатов работы**

Форма представления результатов работы:

- итоговые занятия;
- показ освоенного материала родителям;
- выступление с танцевальным номером на праздниках и развлечениях.

## Литература

1. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
3. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на - Дону «Феникс» 2003г.
4. Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2007г.
5. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
6. Чибрикова - Луговская А. Е. Ритмика. Москва 1998г.
7. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.