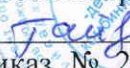


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 102
620072, г. Екатеринбург, ул. Сыромолотова, 14 а, тел/факс: 347-05-81, 347-62-60
<http://102.tvoyasadik.ru/> электронная почта: mdou102@eduekb.ru

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
МБДОУ - детский сад
комбинированного вида №102
Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ - детский
сад комбинированного вида №102
 И.Ф.Гайнуллина
Приказ № 208 от 30.08.2024 года.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА РИТМИКА И ТАНЕЦ**
СРОК РЕАЛИЗАЦИИ 4 ГОДА (С 3 до 7(8) лет)

Разработчик программы:
Вологодина Ольга Александровна,
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2024 г.

Содержание

1. Целевой раздел

- 1.1. Пояснительная записка 2
- 1.2. Цель и задачи реализации рабочей программы 3
- 1.3. Принципы и подходы к формированию программы..... 3
- 1.4. Характеристики особенностей развития детей..... 5
- 1.5. Планируемые результаты освоения Программы..... 7
- 1.5.1. Целевые ориентиры..... 8

2. Содержательный раздел

- 2.1. Основные разделы Программы 10
- 2.2. Содержание образовательной деятельности в соответствии с возрастом детей 11

3. Организационный раздел

- 3.1. Психолого-педагогические условия реализации Рабочей программы ... 33
- 3.2. Методологическое обеспечение Рабочей программы..... 34
- 3.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды ... 34
- 3.4. Организация образовательного процесса в ДОУ..... 35
- 3.5 Литература..... 36

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

В связи с введением Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования возросла потребность в эффективных методах воспитания детей дошкольного возраста. Явление это не случайно и связано, прежде всего, с пониманием самоценности этого периода детства, значения общего и музыкального развития в дошкольном возрасте для последующего становления личности ребенка. Музыкально-ритмическое развитие является одним из стержневых видов деятельности, поскольку по своей природе является синтетическим, объединяющим музыку, пение, движение, слово.

Не секрет, что дети любят двигаться под музыку, но спонтанный танец - это не продукт интеллектуальной деятельности человека, это, скорее, движение, возникающее на уровне подсознания. Гораздо сложнее выполнять комплекс движений в определенной последовательности под определенную музыку. Еще сложнее танцевать группой, когда необходимо не просто выполнить движения, но выполнить их синхронно. При разучивании танца происходит тренировка многих умений ребенка: запоминание отдельных движений и общего рисунка танца, координация движений, способность воспринимать музыку и согласовывать с ней движения. В то же время творческие задания помогают детям самовыражаться, проявлять себя посредством пластики, ритмики и импровизации. Все эти умения помогают развивать умственные способности ребенка, его интеллект.

1.2. Цель и задачи реализации программы

Цель : создать условия, способствующие раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала детей, помогающие детям проникнуть в мир музыки и танца.

Задачи:

1. Развивать музыкальные способности: эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма;
2. Овладеть различными формами движения, формировать и совершенствовать ритмические и танцевальные умения и навыки через игру, образ, предлагаемые обстоятельства;
3. Способствовать физическому совершенствованию организма ребенка, эффективно воздействуя на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную, нервную системы.
4. Развивать мышление, память, находчивость, познавательную активность детей и творческие способности: умение придумывать свой игровой образ, танец, комбинируя различные элементы танцевальных и сюжетно-образных движений;
5. Воспитывать силу воли, самостоятельность, инициативность, стремление доводить начатое дело до конца.

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

Представленная программа обучения ребенка музыкально-ритмическим движениям создана согласно права альтернативного выбора форм и методов обучения и рассчитана на детей дошкольного возраста от трех до семи лет.

Особенностью рабочей программы является взаимосвязь двигательной, музыкальной и творческо-игровой деятельности. Специальные знания, умения и навыки являются необходимым средством воспроизведения образа, а не целью данного курса обучения. Кроме того, выбранная форма – эффективное средство формирования нравственного здоровья ребенка.

Новизна программы состоит в том, что система обучения танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; соблюдается личностно-центрированный подход в обучении хореографии; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

Основные принципы, заложенные в данную программу: танец как способ «проживания» ребенком ситуации, игра как способ познания и отражения жизни, сочетание коллективного и индивидуального творчества, единство чувственного и рационального. Музыка дает «команды» движению, движение – отображает характер музыки. Одним из основных принципов в создании и воспроизведении ребенком танца является целостность восприятия образа.

Педагогическими принципами музыкально-ритмического образования по программе являются:

- индивидуализация (определение посильных заданий с учетом возможностей ребенка);
- систематичность (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядность (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемость материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков).

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.

Вариативность реализации программы

Педагог должен проявлять определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, творчески решать вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей. Педагог может перенести изучение на следующий год или вовсе исключить из программы те движения, прохождение которых окажется, недоступным

данной группе в связи с ограниченностью возможностей детей. С другой стороны, в зависимости от необходимости, педагог может расширить тот или иной раздел программы. Возможно также некоторое изменение в порядке прохождения материала.

1.4. Характеристики особенностей развития детей

Вторая младшая группа (3-4 года)

Ребенок этого возраста легко возбуждается от обилия впечатлений, различных знаний, быстро устает, лучше запоминает то, что эмоционально окрашено и интересно. У ребенка формируется потребность более основательного и активного знакомства с окружающим миром. Опыт музыкально-ритмической деятельности минимальный, но все же позволяет детям проявить себя и свои действия. Они уже знают, что можно слушать музыку, петь песню, танцевать танец, играть... Двигательный аппарат не сформировавшийся, слабая мышечная сила, преобладают движения малой амплитуды. Основные движения: ходьба, бег, подпрыгивание – имеют общий характер. Движения в медленном темпе исполняются с трудом. Для работы с детьми этого возраста подходят русские пестушные игры и сказки («Ладушки», «Колобок», «Курочка ряба»), пальчиковые игры на мелкие движения кисти и крупные движения. Для лучшего восприятия и запоминания ребенком материала и облегчения его воспроизведения, все движения даются в образной интерпретации, а образовательная деятельность строится по типу тематических блоков.

Средняя группа (4-5 лет)

Дети этого возраста становятся физически более крепкими, подвижными. Их внимание устойчивее. Они имеют определенный круг знаний об окружающей действительности, что способствует самостоятельности мышления, обогащению образного мира.

Уровень двигательной деятельности продолжает развиваться. Движения приобретают более очерченный характер, дети лучше координируют, способны соединить движения в определенный последовательный ряд. Откликаются на разнохарактерные образы в музыке и движении, хорошо чувствуют смену темпа, настроения, но передача ритмического рисунка еще вызывает затруднение.

Старшая группа (5-6 лет)

Ребенок этого возраста физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями. У него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Возрастает уровень самостоятельности, проявляется потребность в разнообразии тем, характеров, а также индивидуальных проявлений. Улучшается память, элементы творчества проявляются во всех видах деятельности.

Подготовительная группа (6-7 лет)

Дети этого возраста могут самостоятельно исполнять законченные танцевальные композиции,

демонстрировать способность исполнять танец, движение образно, выразительно в соответствии с темпом, характером и стилем музыкального произведения. Самостоятельно импровизировать под предлагаемую музыку, принимать участие в создании хореографических миниатюр и театрализаций.

1.5. Планируемые результаты освоения Программы

Младшая группа: воспитание положительных эмоций; обогащение музыкально-ритмической деятельности детей; появление основ выразительного исполнения простейших цепочек танцевальных движений; изменение движений в соответствии с контрастами в музыке (тихо – громко, весело – грустно, медленно – быстро); увеличение объема внимания и фантазии; развитие всех групп мышц ребенка.

Средняя группа: стремление согласованно исполнять упражнения и танцевальные элементы в паре и при коллективном исполнении; умение самостоятельно и выразительно исполнять предлагаемый для разучивания репертуар.

Старшая группа: формирование и развитие навыков общения в паре; самостоятельное использование опыта музыкально-двигательной деятельности в импровизациях; добиваться целостности в исполнительстве, выражение детьми своего отношения к музыке, движению, партнеру по танцу; воспитание культуры движения через мышечное ощущение, а также через потребность ребенка включаться в движение всем двигательным аппаратом.

Подготовительная группа: самостоятельное исполнение законченных танцевальных композиций; демонстрация способности исполнять танец, движение образно, выразительно в соответствии с темпом, характером и стилем музыкального произведения; импровизация под предлагаемую музыку; участие в создании хореографических миниатюр и театрализаций.

1.5.1. Целевые ориентиры

Вторая младшая группа

К концу года дети трех лет **знают:**

- правила исполнения движений в паре;
- тему контрастов в музыке и движении;
- простейшую терминологию «Азбуки танца»;
- правила поведения в танцевальном зале.

Умеют:

- откликаться на динамические оттенки в музыке и простейшие ритмические рисунки;
- реагировать на музыкальное вступление (раздел «Этикет танца»);
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы раздела «Язык танца»: простой шаг с вытянутым носком, прямой галоп, полуприседания, повороты;
- свободно владеть платочком, фонариком, погремушкой;
- давать характеристику музыкальному произведению;
- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

- эмоционально передавать доступные для понимания образы (лисички, зайчика, лошадки, кошки, котенка, мишки...);
- овладеть репертуаром, предлагаемым для изучения по курсу (с помощью взрослого – по показу).

Средняя группа

Дети четырех лет знают:

- динамические оттенки в музыке
- несколько исходных положений для исполнения движений в паре (при исполнении народного и бального танца)
- особенности и применение трех видов поклона (в народном и бальном характерах, при приветствии педагога)
- правила исполнения движений в паре.

Умеют:

- откликаться на ритмические рисунки (воспроизвести их в хлопках, шлепках, притопах);
- делать поклон на музыкальное вступление, в соответствии с характером и темпом музыки;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы и применять их в свободных композициях, этюдах и играх;
- свободно владеть атрибутами;
- имеют навыки элементарных упражнений «партерной» гимнастики;
- согласованно исполнять танцевальные движения в паре и коллективе;
- самостоятельно исполнять предлагаемый для изучения репертуар.

Старшая группа

К концу года дети пяти лет знают:

- 8-10 программных танцев
- варианты исполнения танцев при разучивании и в композиционном построении
- большой запас танцевальных движений.

Умеют:

- в совершенстве владеть знаниями и умениями раздела «Этикет танца»
- проявить устойчивые музыкально-ритмические навыки
- показать достаточный уровень исполнительской выразительности
- владеть импровизацией
- видеть самостоятельно композиционный рисунок
- критически оценивать уровень своих исполнительских возможностей.

Подготовительная группа

К концу года дети шести лет знают:

- 9-10 программных танцев для самостоятельного исполнения
- историю возникновения танцев «Полонез», «Вальс», «Полька»
- азы партнерских отношений.

Умеют:

- создавать посредством мимики, пластики, жеста характер и образ героев спектакля
- воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному описанию
- сопереживать и ценить партнера по совместному творчеству
- радоваться успеху другого.

2. Содержательный раздел

2.1. Основные разделы Программы

Рабочая программа отвечает требованиям ФГОС ДО и возрастным особенностям детей. Программа включает в себя следующие разделы:

- **Азбука танца** (основные виды шагов, прыжков, бега, постановка корпуса);
- **Язык танца** (танцевальные элементы и композиции, в том числе с предметами, ориентация в пространстве);
- **Игра – начало театра** (восприятие музыки, работа над эмоциональной выразительностью);
- **Этикет танца** (навыки общения в танце: поклон, приглашение, история танцев);
- **Партерная гимнастика** (упражнения на гимнастических ковриках).

2.2. Содержание образовательной деятельности в соответствии с возрастом детей

Младшая группа

Курс «Игра – начало театра» для детей 3 лет

Данный курс является подготовительным уровнем программы «Развитие личности ребенка средствами хореографии. Театр Танца».

Для лучшего восприятия и запоминания ребенком материала и облегчения его воспроизведения все движения даются в образной интерпретации, а образовательная деятельность строится по типу тематических блоков.

Занятия проводятся два раза в неделю по 15 минут во второй половине дня.

Содержание курса «Игра – начало театра» для детей трехлетнего возраста Раздел «Азбука танца»

1. Постановка корпуса: «Деревце» - макушка тянется вверх.

2. Ходьба:

- простой шаг в разном темпе и характере, м.р. 2/4, 4/4 (спокойный – гуляем, четкий – маршируем, мягкий – как у лисички, кошечки)
- на носках
- на пятках
- со скошенной стопой (мишка идет по лесу).

3. Бег:

- мелкий, легкий, м.р. 2/4. Переступания на 1/8 каждого такта (листки полетели, бегут мышата, рассыпались горошинки).

4. Ходьба и бег в сочетании:

- мягкий шаг и мелкий бег, м.р. 2/4, музыкальное сопровождение двухчастной формы, построенное на контрасте (мышь и кошка).

5. Прыжки:

- на двух ногах, м.р. 2/4, темп умеренный. В конце года вариант с продвижением вперед, назад, на месте (прыгают зайчики, испугались лисы, кенгуру в зоопарке).

6. Бег и прыжки в сочетании:

- по принципу контраста (в динамических оттенках: тихо-громко, быстро-медленно, ритмических рисунках).

7. Притопы:

- удар одной ногой в пол всей ступней, по 1/4, 1/8 каждого танца («По дорожке, по дорожке»).

8. Упражнения для кистей, пальцев и рук:

- **Руки:** поднимаем (вперед, в стороны, вверх одну или две), затем опускаем. Вытягиваем (вперед, в стороны, вверх), затем опускаем. Упражнения на мышечные ощущения: («растягиваем резинку», затем резко сводим руки вместе; «гладим водичку»).
- **Кисти:** «звонят колокольчики», «стряхиваем водичку», «обмахиваемся», «до свидания».
- **Пальцы:** сжимаем кулачок, «выбрасываем» пальцы (когти у кошки, мягкие лапки – пальчиковые игры).

9. Взмахи руками: (крупные движения)

- «качаемся на качелях»: пружиня в коленях, делаем хороший взмах рук вверх, затем мягко опускаем их вниз, попеременное поднятие одной и другой руки.

10. Упражнение на поднятие и опускание плеч:

- характер мягкий, спокойный и веселый, резвый, м.р. 2/4 («Незнайка пришел», «плечики вздыхают»).

11. Упражнения для головы:

- наклоны вперед (птичка пьет водичку)
- наклоны в сторону, м.р. 2/4, на 1/4 каждого такта (маленькие часики).

12. Упражнения для корпуса:

- небольшие наклоны в сторону («неваляшки»)
- наклоны корпуса вперед («подъемный кран»).

Раздел «Язык танца»

1. Танцевальные элементы:

- топающий шаг – по 1/4 каждого такта (в продвижении вперед, в повороте вокруг себя на 360 градусов)
- высокий шаг – по 1/4 каждого такта («цирковые лошадки», «много снега»)
- прямой галоп – на 1/4 каждого такта («лошадки скачут»)
- выставление ноги на носок: на 1/4 такта ногу выставить на носок, на 1/4 подставить к опорной ноге

- выставление ноги на каблук (игровой прием «Ножка здесь – ножки нет»)
- положение рук: «фонарики», «полочка», «погрозили».

2. Хлопки:

- ладонь о ладонь: звонко – мягко, весело – тихо
- «скользящие» хлопки
- удары: пальчик о пальчик
- кулачок о кулачок
- по плечам
- по коленям двумя руками
- попеременные удары

3. Упражнения с атрибутами:

- платочек: поднимаем медленно, встряхиваем, стираем, выжимаем платочек, машем, зовем платочком
- ленточки: медленно и плавно поднимаем вверх двумя руками, поочередно, скрещиваем перед собой внизу,
 - держим перед собой на бегу
- погремушки: встряхиваем на 1/4 каждого такта, ударяем о свободную ладонь, прячем за спину; те же движения с двумя погремушками
- султанчики: несем перед собой, машем перед собой, прячем за спину, ударяем султанчиком о султанчик.

4. Ориентация в пространстве: разучивание перестроений разных рисунках: круг, линия, вращательную, стайка.

Раздел «Игра – начало театра»

1. Слушание музыки:

- музыкальные загадки
- сказки (работа над образами их героев)
- пестушки

2. Этюды:

- образно-ритмические
- танцевальные
- игровые

Музыкальное оформление – небольшие законченные произведения, м.р. 2/4, 3/4, (8-16-32 такта), м.р. 4/4 (8-16 тактов).

Раздел «Этикет танца»

Разучивание поклона для мальчиков и девочек.

Приглашение к танцу: девочки держат руки во время танца на юбочке, мальчики – на поясе. Мальчик подходит к девочке, делает поклон головой. Девочка отвечает поклоном с «пружинкой». Партнер берет девочку за левую руку правой рукой. Девочки во время танца движутся по наружному кругу, мальчики – по внутреннему. При положении пары лицом друг к другу девочки стоят лицом в круг, мальчики – спиной в круг.

Раздел «Партнерная гимнастика» (упражнения на полу)

- упражнения для развития гибкости;

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

Игровые комплексы: «Кто сказал мяу?», «Путешествие в зоопарк», «Путешествие в цирк».

Репертуар

Танцевальные композиции, музыкальные игры

1. «Пальчики – ручки» «Воробушки и Бобик»	6. «Лягушка и комарик»	11. Игра
2. «Гуляем и пляшем» «Снежинки и сугробы»	7. «Медвежата-сластены»	12. Игра
3. «Согревалочка» «Крокодил»	8. «Помирились»	13. Игра
4. «Горошинки» «Солнышко и дождик»	9. «Подсолнушки»	14. Игра
5. « Собачки»	10. «Колечки»	

Средняя группа

Курс «Искусство танца»

Курс «Искусство танца» рассчитан на два года для детей 4 и 5 лет и позволяет педагогу расширить рамки задач. На первом году обучения по данному курсу ставятся следующие задачи:

- продолжать работу над развитием ритмичности и выразительности движений, пространственной ориентации;
- формировать навыки самостоятельного выбора движений для образно-игровых ситуаций, привычку и потребность к двигательной активности у ребенка;
- совершенствовать нервные процессы детей, организовать «школу» движений;
- обеспечить мотивацию детей к выразительному и эмоциональному исполнению репертуара, этюдов и игр.

Занятия проводятся два раза в неделю по 20 минут во второй половине дня.

Содержание курса «Искусство танца»

для детей четырехлетнего возраста

Раздел «Азбука танца»

1. Постановка корпуса:

- продолжение работы: над подтянутостью спины
- красивой постановкой головы
- ощущением «развернутости» плеч.

2. Ходьба:

Простой танцевальный шаг с вытянутым носком

- в спокойном темпе
- в равномерном ритме («идем получать золотые медали»).

Шаг со свободной стопой

- в разном ритме и темпе.

Шаг на пятках: продолжение работы над прямой спиной («разбей лед на луже»).

Шаг на носках: работа над «подтянутостью» колен во время шага («не запачкай туфельки»).

Шаг назад: исключать столкновение детей.

3. Движения рук, включаемые в ходьбу:

- размахивание вперед
- размахивание назад
- подъем вверх
- подъем в стороны
- руки спрятаны за спину
- движение с использованием хлопков.

4. Бег:

- легкий
- равномерный с захлестыванием голени назад: носок стопы вытянут, следить за подтянутостью спины.

5. Прыжки:

- легкие
- равномерные
- высокие по 1/4 такта
- низкие по 1/8 такта
- сочетания прыжков различной длительности и чередование их между собой
- чередование прыжков и «пружинки» (на преодоление двигательного автоматизма).

6. Поскоки:

- легко перепрыгивать с ноги на ногу
- сочетать поскоки с ноги на ногу с ходьбой на высоких полупальцах или бегом («мячики скачут», «мячики покатались»).

7. Притопы:

- удары стопы в пол равномерно по три (тройной притоп)
- различные сочетания ударов стопы в пол одной ногой несколько раз подряд
- поочередные удары равномерно и с паузой: три чередующихся удара разными ногами (по 1/8 такта, затем пауза).

8. Упражнения для головы:

- наклоны вперед (вниз)
- в стороны (к ушкам) и по точкам с одной стороны на другую (птичка клюет и здоровается клювиком)
- полукруговые движения (голова повернута вправо, затем вниз, а потом поднимается в сторону, аналогично полукруг можно провести через верх).

9. Упражнения для плеч:

- спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания вниз (одновременно два плеча и поочередно правое – левое)

Круговые движения плечами вперед или назад:

- руки могут быть опущены вдоль корпуса
- поставлены на пояс

- положение «крылышки утят»
- руки согнуты в локтях, локти направлены вниз и вместе с круговыми движениями плеч также очерчивают круг, кисти лежат на плечах
- «паровозик едет».

10. Упражнения для корпуса:

- активные наклоны в стороны
- наклоны вперед
- перегибы корпуса назад

Наклоны чередуются, исполняются в разных ритмических рисунках и на разные длительности:

- наклоны корпуса вперед (вниз) на 2/4, а выпрямление на 1/4 такта, затем пауза на 1/4
- один подъем и опускание плеч по 1/8 такта.

11. Упражнения для кистей, рук, пальцев:

Руки:

- к ранее проученным добавляются круговые движения вперед-назад, к себе -от себя
 - круговые движения от локтя (пальцы вытянуты или собраны в кулак)
- Движения рук исполняются ритмично, четко (мельница, стрелки часов)
- работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх (крылья бабочки)
 - использование пальчиковых игр.

Пружинные движения руками:

- выразительность и слитность движения

В качестве музыкального сопровождения используется музыка энергичного характера м.р. 4/4.

Тема контрастов: работа над образными движениями (маленький воробушек – большой орел, бабочки – жуки).

Раздел «Язык танца»

1. Танцевальные движения:

Приставной шаг (шаг – приставить, поднимаемся по лесенке, спускаемся с нее):

- вправо, влево, вперед со статичным положением рук.

Шаг с притопом: шаг ногой вперед, затем два притопа, пауза 1/4 такта.

Боковой галоп

Полуприседания: небольшое сгибание ног в коленях – «пружинка»

- мягко и резко, равномерно. Хорошо это движение окрасить динамическими оттенками (деревянный Буратино, мягкие ноги у Мальвины)

Повороты на двух ногах:

- кружимся вокруг себя на полупальцах, равномерное переступание.

Вынос ноги на каблук:

- с одновременным полуприседанием
- знакомство детей с понятием «опорная» нога, «работающая» нога.

Хлопки:

- тройные с паузой по 1/8 такта
- удары ладонь о ладонь
- удары по коленям
- удары по плечам
- шлепки по бедрам

2. Ориентация в пространстве: исполнение основных упражнений и танцевальных движений в различных рисунках

Круг:

- один, два (концентрических).

Линии:

- одна линия
- две линии (друг за другом или лицом друг к другу)
- «змейка»
- плетем «корзиночку»

Движение:

- по кругу (с равными расстояниями между детьми)
- в противоположную сторону
- в рассыпную
- упражнение «петелька»
- упражнение «воротца»
- движение по кругу в парах.

3. Парные движения:

- кружение «лодочкой»
- отход друг от друга назад
- различные виды хлопков в паре
- поочередное исполнение движений партнера и партнерши
- переходы к другому партнеру во время танца

4. Упражнения с предметами:

- с куклами
- платочком
- погремушкой.

Раздел «Игра – начало театра»

1. Работа над выразительностью мимики (психогимнастика):

Образы: радостный, добрый, сердитый, грустный, удивленный, испуганный.

2. Слушание музыки:

Музыкальные загадки, сказки:

- законченные произведения малой формы или фрагменты – характеристика музыкальных образов.

3. Музыкальное сопровождение: под «живой аккомпанемент», двухчастная форма произведений, выбор выразительных движений, соответствующих темпу, ритму, характеру музыки.

Этюды – сочиняются на основе приобретенных навыков исполнения танцевальных элементов в статичном положении или продвижении. Желательно, чтобы этюды были контрастны по характеру, настроению. Этюды массовые и парные на 16-32 такта, м.р. 2/4, 3/4.

Раздел «Этикет танца»

1. Поклон:

- партнер приглашает девочку на танец и благодарит в конце танца поклоном, девочка отвечает на приглашение и выражает благодарность за танец также поклоном

- партнер, проводя девочку на танец, смотрит на нее, общается с ней в танце мимикой, жестами, глазами.

Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Вводится в курс для развития у ребенка умений и навыков владения своим телом. Движения исполняются по

принципу контраста: напряжение – расслабление:

- упражнения для стоп, колен, корпуса
- сидя на полу
- лежа на полу для рук, ног, корпуса.

Репертуар

Танцевальные композиции, музыкальные игры

- | | | |
|-------------------------------------|----------------------------|-------------------|
| 1. «Оранжевое небо»
волнуется» | 6. «Веселые ладошки» | 10. Игра «Море |
| 2. «Улыбка»
«Крокодил» | 7. «Пляска парами» | 11. Игра |
| 3. «Разноцветная игра»
великаны» | 8. «Пляска с султанчиками» | 12. Игра «Гномы и |
| 4. «Воробьи»
прыгай и замри» | 9. «Полька-шутка» | 13. Игра «Прыгай, |
| 5. «Кузнечик» | | |

Старшая группа

Курс «Искусство танца» для детей 5 лет

Дети 5 лет занимаются по данному курсу второй год. На этом уровне стоят следующие задачи:

- формировать и развивать навыки общения в паре, большое внимание уделять теме «Бальный этикет», самостоятельному использованию опыта музыкально-двигательной деятельности в импровизациях;
- добиваться целостности в исполнении, создавать условия для выражения детьми своего отношения к музыке, движению, партнеру по танцу.

Информацию для детей следует доносить с помощью точной терминологии, акцентировать внимание, что каждое движение имеет начало и окончание, свое настроение, амплитуду, характер, историю. Предлагаемый репертуар для изучения детьми отличается разнообразием в композиционном и лексическом отношении.

Занятия проводятся два раза в неделю по 25 минут во второй половине дня.

**Содержание курса «Искусство танца»
для детей пятилетнего возраста**

Раздел «Азбука танца»

1. Ходьба:

Различные виды шагов:

- со сменой темпа
- сменой характера
- сменой направления движений
- в сочетании с другими движениями на м.р. 2/4, 3/4, 4/4

Шаги в следующих рисунках танца:

- по кругу
- колонкой
- «змейкой»
- «звездочкой»
- по одному (врассыпную)
- в паре.

2. Бег:

- легкий (на месте, с продвижениями)
- поднимая колено высоко вперед
- с захлестом голени назад
- выбрасывая прямые ноги вперед.

3. Прыжки:

- высокие
- с акцентом вверх
- с сильно вытянутыми коленями и стопами на 1/4 такта
- с выбрасыванием ноги вперед
- с выбрасыванием ноги в сторону
- с выбрасыванием ноги назад.

Варианты: на двух ногах, на одной ноге, с двух на одну, с одной на две, с поворотом на 90 градусов, с движением головы и рук.

4. Подскоки:

- вперед, назад
- в сторону
- на двух ногах, на одной ноге.

Характер исполнения: коротко, легко, со слегка согнутым коленом.

5. Галоп: прямой, боковой

Выделить разницу исполнения. В прямом галопе двигаемся двумя плечами вперед, а в боковом не разворачиваем плечи вперед – двигаемся одним боком.

Варианты исполнения: соло, в паре, в сочетании с хлопками, наклонами и поворотами головы, различными положениями рук.

6. Упражнения для рук, кистей, пальцев:

- являются частью разминки
- включаются в танцевальные элементы

- включаются в танцевальные комбинации, этюды, игры.

7. Упражнения для туловища:

- включаются как элемент разминки.

Раздел «Язык танца»

1. Танцевальные элементы:

Простой танцевальный шаг с ударом ноги в пол

Проставной шаг с последующим приседанием

В направлениях: вперед, в сторону, назад.

Переменный шаг: все виды шагов проучиваются в статичном положении рук – на поясе.

«Веревочка» вперед.

«Ковырялочка» перед собой, в сторону.

По мере усвоения к движению ног прибавляются движения корпуса (наклоны, повороты), головы и рук.

Хлопки: в паре – варианты хлопков по ладоням партнера.

- #### 2. Ориентация в пространстве:
- использовать все разнообразие композиционного рисунка: круги, линии, «звездочки», «плетень», «корзиночку», «воротца», «змейку», «улитку».

Способствовать самостоятельному выбору рисунка детьми, развивать способность разводить любой рисунок самостоятельно, под разнохарактерную музыку.

Раздел «Игра – начало театра»

1. Слушание музыки и импровизации:

- прослушивание музыки является основой для создания пластического, ритмического, танцевального образа
- самостоятельное решение художественной задачи
- сочетать слушание музыки с настроением детей, выраженным в рисунках, устным рассказом, стихотворной формой.

2. Этюды:

Законченные композиции:

- массовые, парные, сольные, парно-массовые
- создание образа, заложенного в музыке
- развитие внимания и фантазии
- раскрытие индивидуальных особенностей на основе народных танцев и современных ритмов.

Музыкальное сопровождение: наряду с аккомпанементом под фортепиано, используются фонограммы.

Раздел «Этикет танца»

К ранее проученным положениям в паре («лодочка») разучиваются следующие положения:

- партнер держит партнершу за руку, с опущенной рукой, с высоко поднятой, вытянутой рукой
- партнерша стоит справа от партнера, левая рука у нее на правом плече у партнера, правая рука – за юбочку.

Партнер держит партнершу правой рукой за талию, левая рука у него на поясе.

Раздел «Партнерная гимнастика»

Различные движения для рук, корпуса, ног исполняются не только по одному, но и в паре.

Игровые комплексы: «Любитель-рыболов», « Путешествия по сказкам».

Репертуар

Танцевальные композиции, музыкальные игры

- | | | |
|--|-------------------------|------------------|
| 1. «Сударушка
ва» | 6. «Полька-приглашение» | 10. Игра «Чу-чу- |
| 2. «Волшебный цветок»
зам-зам» | 7. «Лето» | 11. Игра «Арам- |
| 3. «Танец поросят»
«Массаж в кругу» | 8. «Веселая минутка» | 12. Игра |
| 4. Танец «Африка»
побалуемся» | 9. «Упала шляпа» | 13. Игра «Давай |
| 5. «Ковбой» | | |

Подготовительная группа

Курс «Театр Танца» для детей 6 лет

Данный курс рассчитан на детей подготовительной к школе группы и является заключительным уровнем программы.

Задачи данного курса:

- развивать креативность детей с помощью театрализаций;
- самостоятельно исполнять законченные танцевальные композиции: образно, выразительно в соответствии с темпом, характером и стилем музыкального произведения;
- самостоятельно импровизировать под предлагаемую музыку, принимать участие в создании хореографических миниатюр и театрализаций.

Театр Танца – это не только сочетание и последовательность танцевальных элементов, организованных музыкальным материалом. Главная задача – раскрытие посредством хореографии, пластики тела, мимики, жеста образов, подсказываемых музыкой и задуманных постановщиком танца. Каждый танец становится маленьким спектаклем, подчиненным законам режиссуры – завязка, развитие действия, кульминация, развязка. Дети раскрывают идею, образы танца, а не просто механически запоминают последовательность движений. Обладая навыками владения телом, дети часто становятся «соавторами» композиций. Танцы для дошкольников этого возраста могут быть образно-игровыми (в них достаточно развернута композиция рисунка), сюжетно-ролевыми (с различными персонажами и характерными для них движениями). В программных танцах отрабатываются навыки и умения с целью совершенствования координации движений, развития двигательной памяти, эмоционально- волевой сферы и подготовки психических процессов к школе.

Занятия проводятся два раза в неделю по 30 минут во второй половине дня.

Содержание курса «Театр Танца» для детей шестилетнего возраста

Раздел «Азбука танца»

1. **Ходьба** (различные виды): с одновременной работой рук, с работой корпуса, с работой головы.
2. **Бег**: с захлестом голени назад, с выбросом ног вперед, легкий бег на полупальцах, с высоко поднятым коленом, исполняющийся с ускорением, с замедлением, с остановками.

В сочетании: с ходьбой, с активными движениями рук и головы, с прыжковыми движениями.

3. **Галоп:** по кругу, по прямой линии, вокруг себя; по одному, парой, в продвижении в различных вариантах рисунков танца.

В сочетании: с хлопками, притопами, различными положениями и движениями рук. Возможны выполнения галопа без смены направления продвижения (через поворот).

4. **Прыжки:** в различных ритмических вариациях, в различных темпах, на месте, с продвижением вперед, назад, В сторону, с одновременными движениями рук и головы, в исполнении по одному и в парах, с разной амплитудой движения у мальчиков и девочек.

5. **Упражнения для рук:** построены на контрасте (резкие – мягкие, короткие – длинные).

6. **Движения головы:** активно вводятся практически все танцевальные элементы, придают законченность и выразительность движениям.

Раздел «Язык танца»

1. Танцевальные элементы:

- соединяются в небольшие комбинации – логические цепочки
- совершенствуются ранее изученные и разучиваются новые варианты.

Повороты:

- поворот партнерши из положения в паре – руки крест на крест партнерши под рукой у партнера на шагах с продвижением вперед
- на подскоках
- переход партнерши на место партнера
- переход спинами друг к другу.

2. Основные элементы танцев:

Элементы русского танца: «ковырялочка», «веревочка», «гармошка», «моталочка», «тройной ход с

последующим ударом стопы в пол», припадание (по невыворотной 6 позиции и выворотной 3 позиции ног).

«Полька»: по 6 позиции (три шага – подскок), знакомство с вариантом польки по третьей выворотной позиции.

«Полонез»: шаг и простейшая композиция танца.

«Вальс»:

- вальсовая дорожка: тройной шаг с подъемом на полупальцы
- «баланс» по 6 и 3 позициям ног.

3. Ориентация в пространстве:

- продвижение в различных рисунках по одному

- продвижение в паре с построениями
- перестроения (переходы) из кругового рисунка в линейный и наоборот.
Добиваться объемности рисунка и его выразительности.

Раздел «Игра – начало театра»

1. Этюды:

Законченные танцевальные композиции:

- сюжетно-ролевые, с развитием музыкальных образов,
- состоящие из танцевальных элементов и основных движений народных и балльных танцев.

2. Слушание музыки:

- рассказы о знаменитых композиторах, писавших музыкальные произведения на танцевальные ритмы

(с прослушиванием лучших классических примеров).

3. Импровизация: на законченное музыкальное произведение индивидуально, в паре, отдельно мальчики и девочки.

Итогом работы является проведение тематических занятий, праздников, театрализаций, где дети используют

не только полученные двигательные навыки, но и демонстрируют умение исполнить движение, танец образно,

выразительно, в соответствии с темпом, характером и стилем музыкального произведения.

Музыкальное сопровождение: разучивание танца под аккомпанемент, исполнение в спектаклях и театрализациях под фонограмму.

Раздел «Этикет танца»

1. История танцев: «Полонез», «Вальс», «Мазурка», «Полька».
2. Закрепление навыков общения в паре, в ансамбле, индивидуальность исполнения каждого номера.
3. Изучение блока «Этикет на балу».
4. Правила поведения в танцевальном зале.

Раздел «Партерная гимнастика»

-упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.

-вытягивания, разворачивание и сокращение стопы (развивает силу и эластичность берцовых и икроножных мышц, способствует развитию сухожилий пальцев стоп и пяточных — ахилового сухожилия, развивает выворотность тазобедренных, голеностопных суставов).

-повороты головы —упражнения на развитие мышц шеи.

-упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.

-упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.

-упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника.

-упражнения на улучшение гибкости позвоночника.

- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.
- упражнения на улучшения гибкости коленных суставов.
- упражнения на исправление осанки.

Репертуар

Танцевальные композиции, музыкальные игры

- | | | |
|-------------------------------------|----------------------------|---------------------|
| 1. «Полька-хлопушка»
звездочки» | 6. «Сиртаки» | 11. Игра «Роботы и |
| 2. «Степ»
«Хорошая дорога» | 7. «Чардаш» | 12.Игра-массаж |
| 3. «Шоколад»
фото» | 8. Полька «Настоящий друг» | 13. Игра «Кино и |
| 4. «Полонез»
убегу...» | 9. «Новогодний экспресс» | 14. Игра «Я от тебя |
| 5. «Вальс-фантазия»
побалуемся!» | 10. «Банана-мама» | 15.Игра «Давай |

3. Организационный раздел

3.1. Психолого-педагогические условия реализации Рабочей программы

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих танцевальное развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами:

1. Личностно-ориентированное взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр., обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и навыков;
2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, т.е. сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки;
3. Игровая ситуация как важнейший фактор развития ребенка;
4. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) и продуктивной (производящей субъективно новый продукт) деятельности, т.е. деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.
5. Участие семьи как необходимое условие полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

3.2. Методологическое обеспечение Рабочей программы предметно-

среда

3.3. Развивающая

пространственная

Программно-методическое обеспечение		Предметно-пространственная среда
Методическое обеспечение	Дополнительная литература	
<p>1. Усова О.В. Развитие личности ребенка средствами хореографии. Театр танца для детей 3-6 лет. Авторская программа. Екатеринбург, 2001.</p> <p>2. Усова О.В. Театр танца. Учебно-методическое пособие, вып. 1, г. Шадринск.</p> <p>3. Усова О.В. Театр танца. Учебно-методическое пособие, вып. 2, г. Шадринск, 1991.</p>	<p>1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет. Музыкальная палитра, СПб, 2012.</p> <p>2. Суворова Т. Танцевальная ритмика для детей. СПб, 2004.</p> <p>3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-данс. – Санкт-Петербург «Детство-Пресс», 2012.</p>	<p>1. Оборудованный зал (зеркала)</p> <p>2. Фортепиано</p> <p>3. Аудиоаппаратура</p> <p>4. Аудиодиски</p> <p>5. Видеодиски с записями программных танцев</p> <p>6. Коврики для занятий партерной гимнастикой по количеству детей в группе</p> <p>7. Платочки 25*25 см по количеству детей в группе</p> <p>8. Ленточки разных цветов 50 см на кольцах по 2 на человека</p> <p>9. Погремушки по 2 на человека</p> <p>10. Султанчики по 2 на человека</p> <p>11. Флажки разноцветные по 2 на человека</p> <p>12. Искусственные цветы по 2 на человека</p> <p>13. Гимнастические палки по кол-ву детей</p> <p>14. Атрибуты для сюжетно-ролевых танцев</p> <p>15. Декорации и костюмы к театрализациям</p>

3.4. Организация образовательного процесса в ДОУ Учебно-тематический план программы

№	Раздел	3 года			4 года			5 лет			6 лет		
		кол-во часов	теория	практика	кол-во часов	теория	практика	кол-во часов	теория	практика	кол-во часов	теория	практика
1	Азбука танца	10	4	6	10	4	6	8	2	6	6	2	4

2	Язык танца	20	4	16	22	6	16	24	4	20	28	4	24
3	Этикет танца	4	1	3	6	2	4	8	2	6	6	2	4
4	Игра – начало театра	16	6	10	14	4	10	12	2	10	8	2	6
5	Партер ная гимнаст ика	22	6	16	20	6	14	20	6	14	24	6	18
	Итого	72	21	51	72	22	50	72	16	56	72	18	56

3.5. Литература

1. Веккер Л.М. Психические процессы. Т.2. Л.: Изд-во Лен. Ун-та, 1974.
2. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. СПб.: СОЮЗ, 1997.
3. Голубева Э.А. Индивидуальные особенности памяти человека. М.: 1980.
4. Гончаров В.И. Влияние различных видов двигательной и зрительной памяти на успешность овладения физическими упражнениями. Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981.
5. Гончаров В.И. Исследование двигательной памяти. Вопросы психологии. 1991, №3.
6. Запорожец А.В. Психическое развитие ребенка. Психологические труды, т. 2. М., 1986.
7. Захаров А.И. Детские неврозы (психологическая помощь родителям и детям) СПб.: Респекс, 1995.
8. Зенковский В.В. Психология детства. ИЦ Академия, 1995
9. Ильин Е.П. Практикум по психологии: Методические указания к изучению психомоторики. Л., 1980.
10. Крэйг г. Психология развития. СПб.: Питер, 2000.
11. Пиаже Ж. Избранные психологические труды. М.: Международная педагогическая академия, 1994.
12. Пуни А.Ц. Двигательная память и двигательная деятельность. М., 1966.
13. Смирнова Е.О. Развитие воли и произвольности в раннем и дошкольном возрастах. М.: Изд-во Институт практической психологии, Воронеж: НПО МОДЭК, 1998.
14. Теплов Б.М. Избранные труды, т.2. М.: Педагогика, 1985.
15. Умнов В.П. Психологические особенности формирования представлений о двигательных действиях как условие реализации метода наглядности в обучении. Дис. канд. психол. наук. ЛГПИ им. Герцена, Л., 1980.
16. Чхаидзе Л.В. Об управлении движениями человека. М., 1986.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430408

Владелец Гайнуллина Инна Фагильевна

Действителен с 18.04.2024 по 18.04.2025