

Казан шәһәре
Яңа Савин районынын
«401нче катнаш төрдәге балалар
бакчасы» муниципаль автономия
лемәктәпкәчә белеем учреждениесе

420103, Казан шәһәре,
Ф.Амирхан ур.,39 йорт
тел./факс: (843) 521-72-38



Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение «Детский сад
№401 комбинированного вида»
Ново-Савиновского района г.Казани

420103, город Казань,
ул. Ф.Амирхана, дом 39
тел./факс: (843) 521-72-38

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
МАДОУ «Детский сад № 401»
Протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДЕНА

Заведующим МАДОУ «Детский сад
№401 комбинированного вида»
Шикмакова Г.Н.

Приказ № 1 ДПУ от 05.09.2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ХОРЕОГРАФИЯ»**

Возраст воспитанников: 3- 5 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Зиновьева Ю.В., педагог
дополнительного образования

г.Казань, 2023 год

Раздел 1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность и отличительная особенность программы

Программа по хореографии основана на методических разработках и авторской программе по хореографии, разработанной М.А. Адашевской, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др.

Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также потребностью в разработке методических рекомендаций по преподаванию хореографии детям дошкольного возраста.

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.

Цель и задачи

Цель – данной программы – физическое развитие, развитие эмоциональной сферы, эстетических и нравственных понятий через приобщение детей к искусству хореографии.

Поставленная цель достигается с помощью решения следующих **задач**:

1. Развивающие задачи:

- укреплять опорно – мышечный аппарат, формировать правильную осанку;
- развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;
- развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
- развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.

2. 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).

3. 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.

Уровень сложности и направленность

Стартовый уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации обучения, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Направленность соответствует содержанию программы.

Категория воспитанников

Программа по хореографии направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 3 до 5 лет.

Объем и срок реализации

Программа рассчитана на 1 год обучения, 62 учебных часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю (младшая группа – 1 раз). С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствуют возрасту детей.

Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста

- 4-го года жизни – не более 15 минут.
- 5-го года жизни – не более 20 минут.

Планируемые результаты освоения Программы

знать	иметь представление	уметь
Элементы партерной гимнастики.	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях.	- линия; - колонка; - круг; - движения по линии танца и против линии танца.
Упражнения для разминки.		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического	О классическом танце и балете в целом.	- позиции рук; - перевод рук из одного

танца.		положения в другое; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.		- позиции ног; - releve; - demi – plie; - saute; - различные виды бега и танцевальных шагов; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
Положения и движения рук народного танца.	О русском народном танца, о русских традиция и праздниках.	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; - взмахи платочком и кистью; - «полочка».
Положения и движения ног народного танца.		- позиции ног; - battement tendu в народном характере с переводом с носка на каблук; - притопы; - приставные шаги; - танцевальные движения.
Этюды.	О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танцы к праздничным утренникам .

Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ

Учебный план

№ п/п	Содержание
1.	Вводное занятие
2.	Партерная гимнастика: - 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,

	<p>развития подвижности локтевого сустава;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для исправления осанки; - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
3.	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <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.	<p>Упражнения для разминки:</p> <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; - 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. <i>Постановка корпуса.</i></p> <p>2. <i>Положения и движения рук:</i></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. <i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie (по 1 позиции);

	<ul style="list-style-type: none"> - 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 battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <p>4. <i>Танцевальные комбинации.</i></p>
6.	<p>Народный танец.</p> <p>1. <i>Положения и движения рук:</i></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. <i>Положения и движения ног:</i></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; - battement tendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере; - battement tendu 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; - 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. <i>Танцевальные комбинации.</i></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.
ИТОГО: 72 часа	

1. Вводное занятие

На данном занятии дети узнают, что такое танец. 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. П.э.- 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.

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. Упражнения для разминки

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по данной программе.

5. Народный танец

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды.

6. Классический танец

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. С каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные, разучиваться танцевальные этюды.

7. Бальный танец

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, элементы вальса, полонеза, менуэта, танго, рок-н-ролла. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое воспитательное значение.

Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Танго», «Рок-н-ролл» «Полонез», «Менуэт».

Календарный учебный график

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Б	Занятие 1. <i>Вводное занятие.</i> Занятие 2. <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для подвижности стопы.	Занятие 3. <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для гибкости суставов. Занятие 4. <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для эластичности мышц и связок.	Занятие 5 . <i>Постановка корпуса.</i> Занятие 6. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - игра «Найди свое место»;	Занятие 7. <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для развития силы мышц ног. Занятие 8. <i>Упражнения для разминки:</i> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»;
	Занятие 9. <i>Упражнения на</i>	Занятие 11. <i>Упражнения на</i>	Занятие 13. (н.т.) <i>Положения и</i>	Занятие 15. (н.т.) <i>Положения и</i>

<p>О К Т Я Б Р Ь</p>	<p><i>ориентировку в пространстве</i> : - простейшие построения: линия, колонка. Занятие 10. <i>Упражнения для разминки:</i> - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками.</p>	<p><i>ориентировку в пространстве:</i> - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал. Занятие 12. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов).</p>	<p><i>движения рук:</i> - подготовка к началу движения (ладошка на талии). Занятие 14. <i>Положения и движения ног:</i> - простой бытовой шаг вперед с каблука.</p>	<p><i>движения ног:</i> - 6 позиция. Занятие 16. <i>Положения и движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах.</p>
<p>Н О Я Б Р Ь</p>	<p>Занятие 17. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве</i> : - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево. Занятие 18. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве</i> : - движения по линии танца, против линии</p>	<p>Занятие 19. (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременны м поворотом корпуса. Занятие 20. <i>Упражнения для разминки:</i> - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением</p>	<p>Занятие 21. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Цапельки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра. Занятие 22. (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> -sote (6 позиция).</p>	<p>Занятие 23. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге. Занятие 24. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - пространственно е ощущение точек зала (1,3,5,7).</p>

	танца.	вперед и назад.		
Д Е К А Б Р Ь	<p>Занятие 25. (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (выворотные 1,2,3)</p> <p>Занятие 26. <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (свободные 1,2,3;)</p>	<p>Занятие 27. (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> 2 – прямая закрытая).</p> <p>Занятие 28. <i>Упражнения для разминки:</i> - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию;</p>	<p>Занятие 29. <i>Упражнения для разминки:</i> - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны.</p> <p>Занятие 30. (к.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - подготовительная позиция; - подготовка к началу движения.</p>	<p>Занятие 31. (к.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - 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.) <i>Положения и движения рук:</i> - раскрытие и закрывание рук.</p> <p>Занятие 34. (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - releve по 6 позиции с фиксацией наверху.</p>	<p>Занятие 35. (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie (1 поз.).</p> <p>Занятие 36. (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu вперед, сторону на носок с переводом на каблук в русском характере.</p>	<p>Занятие 37. (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - притоп простой, двойной, тройной;</p> <p>Занятие 38. (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши.</p>	<p>Занятие 39. (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu на носок с переводом на каблук с приседанием .</p> <p>Занятие 40. (н.т.) - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.</p>
	<p>Занятие 41. (к.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - основная позиция</p>	<p>Занятие 43. (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - взмахи платочком</p>	<p>Занятие 45. (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - простой приставной шаг</p>	<p>Занятие 47. (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - «Полочка» (руки согнутые в</p>

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

Р Е Л Ь	- приставные шаги по парам, лицом друг к другу. Занятие 58. (к.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - «Лодочка» (положение рук в паре).	мальчиков. Занятие 60. - поклон в русском характере (без рук).	Занятие 62. Повторение пройденного материала.	Занятие 64. Танцевальные этюды.
М А Й	Занятие 65. Танцевальные этюды. Занятие 66. Танцевальные этюды.	Занятие 67. Танцевальные этюды. Занятие 68. Танцевальные этюды.	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.

Раздел 3. Организационно-педагогические условия

Кадровые условия - педагог имеет высшее профессиональное образование, специальность «Народное художественное творчество».

Материально-технические условия: имеется музыкальный зал, отвечающий санитарно-гигиеническим нормам, оборудование - наличие музыкального центра с различными носителями (компакт-диски, USB - носители, провод AUX), компьютер.

Форма одежды воспитанников: спортивная одежда, чешки.

Методическое обеспечение программы

1. Барышникова Т.К. «Азбука хореографии». – СПб., 1996.
2. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». – М., 2004.
3. Гусев Г.П. «Этюды». – М., 2004.
4. Звездочкин В.А. «Классический танец». – Ростов н/Д., 2003.

5. Устинова Т. «Беречь красоту русского народного танца». – М., 1959.
6. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение». – М., 1984.
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Цветная О.В. «Учите детей танцевать». – М., 2003.
8. Белов М. «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства». - М.,1953.
9. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду». Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., Линка – Пресс, 2006.
10. Иванов В.А. «Детский танец», методическое пособие, Пермь, 1998.

Раздел 4. Оценка качества освоения программы

В начале года оцениваются общие психофизические данные детей: восприятие, внимание, память, координация, а также музыкально – ритмическое развитие:

- умение концентрировать внимание, воспринимать, запоминать материал;
- простейшие навыки координации: право, влево, вперёд, назад, круг, колонка;
- умение слушать музыку, определять её характер, настроение, темп (быстрый, медленный).

На конец года критериями оценки освоения программы являются показатели:

- умение чётко исполнять музыкальные движения, различать вступление, сильную и слабую доли, начало и конец фразы;
- запоминать и воспроизводить комбинации, перестроение по рисункам, хореографические комбинации;
- освоения навыка эмоционального, образного исполнения;
- способность импровизировать.

