

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №38 «Золотой улей»
Бугульминского муниципального района Республики Татарстан

ПРИНЯТО
решением
педагогического совета
протокол № 1 от 29.08.2022г.

УТВЕРЖДЁН:
и ведён в действие приказом
№100 от «31» августа.2022г.
Заведующий МБДОУ № 38
В.И.Синягаева



**Рабочая программа дополнительного образования
Хореографического кружка «Грация»**
*Направленность: художественно-эстетическая
Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 6-7 лет
Срок реализации: 01.10.2022 – 30.04.2023 (60 часа)*

Разработчик:
Норкина Ольга Александровна

г. Бугульма, 2022 .

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела». Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. Все движения выполняются под высокохудожественную музыку (классическую, народную), также используются современные композиции и сюжетно-тематические произведения, что позволяет развивать в детях эстетический вкус чувства и осуществлять нравственное воспитание. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка, для этого и вводится название – ритмика. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у дошкольников способностей.

Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у детей творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца - музыки, движения и игры.

Актуальность программы

Программа ориентирована, во-первых, на всестороннее развитие личности ребенка, его неповторимой индивидуальности; во-вторых, обусловлена возможностью предоставления ребенку соответствующих условий для удовлетворения разнообразных интересов, склонностей, развития творческих способностей, т.к. предмет ритмика и танец обладает большим потенциалом эмоционального, психологического, социального воздействия. Оно способно оказывать мощное влияние на развитие личностных качеств детей, тех, которые могут быть сформированы в совместной музыкально-творческой деятельности. К ним в первую очередь следует отнести способность к импровизации, спонтанность, гибкую и тонкую эмоциональность, навыки невербального общения, умение сотрудничать и взаимодействовать, решать задачи и проблемы творчески, а затем умение находить в музыке и движениях средства гармонизации своего внутреннего мира.

ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ: гуманистическая, которая заключается в том, чтобы развивать природную музыкальность ребенка, формировать и развивать творчески активную, эмоционально – отзывчивую, духовно – богатую личность ребенка, а также игровое развитие способности к естественному самовыражению в движениях на основе разнообразной танцевальной культуры.

ЗАДАЧИ:

- привлечь внимание детей к богатому и разнообразному миру звуков, формирование элементарных хореографических знаний, умений и навыков.
- развивать ассоциативное мышление и воображение; чувство ритма и музыкальный слух;
- формировать у детей чувство коллективизма и ответственности, выдержку, настойчивость в достижении цели;

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

На 7-ом году жизни у ребенка совершенствуется основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребенком правил поведения. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения - сила, уравновешенность и подвижность также несколько совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий в кружке ритмики, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки, свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. При подвижных движениях необходимо ставить точные задачи, контролировать ход занятия. К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия. Поэтому дети на занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию воспитателя от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц. Основу для ритмических композиций составляют простые, разнообразные движения

Ожидаемые результаты обучения

К концу учебного года дети должны уметь:

- Ориентироваться в характере, темпе, ритме музыки.
- Уметь свободно и легко исполнять упражнения на координацию корпуса, рук, ног, головы.
- Уметь сочинять элементарные образные движения.
- Владеть простейшими правилами поведения на сцене.

Занятия по данной программе будут способствовать: развитию координации движений дошкольников, воображения, отработке механизмов межличностной коммуникации, воспитанию внимательного отношения друг к другу, умению искренне радоваться достижениям своих товарищей, желанию помочь им в преодолении встречающихся трудностей

Учебный план

№	Название разделов	Кол- во часы (теория)	Кол – во часы (практика)
1.	Введение	1	-
2.	Азбука музыкального движения	2	6
3.	Азбука танцевального движения	2	8
4.	Азбука ритмопластики	2	5

5.	Азбука жеста	3	6
6.	Детские танцы	3	24
7.	Итоговые занятия	-	2
8.	Итого	13	51

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ ТАНЦЕВАЛЬНОГО КРУЖКА

СЕНТЯБРЬ

Анкета «Музыкальные предпочтения» Творческая лаборатория	Определение посредством анкетирования родителей интереса и склонностей детей в сфере двигательной активности. Формирование состава танцевальной группы детей Составление плана работы кружка ритмики и танца.
---	--

ОКТЯБРЬ

Программное содержание: формировать представление о различных темпах музыки (“музыка бывает быстрая и медленная”); развивать чувство ритма: учить прохлопывать простой ритмический рисунок; учить передавать характер музыки в движении

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве: 2. Общеразвивающие упражнения:	Ходьба по залу, упражнение на координацию рук, мелкий бег, широкий бег, прямой галоп, боковой галоп, поскоки, пружинистый шаг. Ходьба враспынную, по большому кругу. Перестроение из колонны в шеренги. Ритмическая гимнастика с осенними листьями «Разноцветная осень»: Попеременное поднятие вытянутых рук и головы, опустить руки и голову. Взмах руками вверх через стороны, опустить постепенно, листочки подрагивают в руке. «Ветер». Наклоны с листьями над головой в стороны. Наклон вперёд, показываем листья. Присесть, положить листья, выпрямиться. Присесть, взять листья, встать. Сидя. Положить листья на ноги и вести их к носочкам ног и обратно. Лечь, попеременное касание листья согнутой в колене ноги. Лёгкий бег на месте, кружение.
3. Игроритмика: 4. Ритмический танец: 5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки: 6. Зрительная гимнастика:	Упражнение на дыхание: «качалочка» вправо – влево, на выдох звук «ш-шш» Хлопки на каждую долю такта с пружинкой. Игра «А ну-ка, повтори». «Карапузы» (одноимённая песня Р. Газманова) Релаксация под звуки криков дельфина

Взглядом нарисовать лодочку, радугу, круг. Поморгать, закрыть глаза. Открыть.

НОЯБРЬ

Программное содержание: развивать у детей творческую познавательную активность, любознательность, стремление к самостоятельному познанию и размышлению, умение делиться с окружающими людьми приобретенным опытом.

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве:	Ходьба по залу, марш с хлопками, упражнение на координацию рук и ног, бег на носочках «змейкой», поскоки, боковой галоп, дробный шаг, хороводный шаг. Перестроение из колонны в шеренгу, движение по кругу в разных частях зала. Полуоборот направо.
2. Общеразвивающие упражнения:	«Маятник» Перед этим движением необходимо выполнить следующие упражнения: - основное положение ног, - предложить детям представить, что он оловянный солдатик и медленно покачиваться перенося тяжесть тела с одной ноги на другую при чём надо говорить детям, чтобы ступни от пола не отрывались и детки чувствовали пол всеми пальцами ног. При этом корпус должен не наклоняться в бок, в сторону движения, а равномерно смещался относительно от вертикальной. Упражнение на дыхание.
3. Игроритмика:	Ходьба на носочках-пяточках, дробным шагом по залу. Хлопки на сильную долю такта. Игра «Круг дружбы».
4. Ритмический танец:	«Танцкласс» (песенка Метро” из сборника Е. Железновой “10 мышек”).
5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:	Релаксация под звуки морского прибоя
6. Зрительная гимнастика:	Движение глаз по тексту: Прилетела стрекоза. (глаза закрыты) Как горошины глаза, (широко открыть глаза) А сама, как вертолёт Вправо, влево, вверх, вперёд.

ДЕКАБРЬ

Программное содержание: Развивать пластику движений с использованием различных предметов, атрибутов, элементов костюма;

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве:	Ходьба по залу, упражнение на координацию рук, мелкий бег по кругам разного цвета, прямой галоп, боковой галоп со сменой направления движения, поскоки, хороводный шаг. Ходьба враспынную, по большому кругу, смена направления движения. Перестроение в три колонны.
2. Общеразвивающие упражнения:	Ритмическая гимнастика «Пеликаны»: Вытягивание шеи вверх. Поднимание руки через сторону вверх, опустить. Повороты назад, противоположную руку вы тянуть перед собой, вправо, влево. Наклон вперёд. Руки в стороны. Присесть, голову наклонить, встать, голову поднять. Лёжа, руки соединить «клюв», перекат вперёд –назад. Лёжа, руки пол подбородок. Согнуть попеременно ногу в колене, выпрямить «отряхивают лапки». Прыжки на месте, руки внизу в стороны. Тройные хлопки на ритмический рисунок музыки вправо, влево.
3. Игроритмика	Игра «Найди своё место»
4. Ритмический танец:	«Зимние кружева»
5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:	Встать в круг, соединить свои ладони с соседними. Закрывать глаза, поднять руки, по сегментное расслабление мышц. Движение глаз за ориентирами:
6. Зрительная гимнастика:	В небе солнышко сияет в речке рыбок веселит, ветер листьями играет, а сова спокойно спит, ей приснился сладкий сон, вот исполнился бы он..

ЯНВАРЬ

Программное содержание: умение воспринимать музыку как средство эстетического и культурного воспитания личности; развитие у детей музыкального слуха, координации движений, формирование двигательных умений.

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве:	Ходьба по залу, упражнение на координацию рук и ног, бег на носочках по диагонали, поскоки, боковой галоп лицом, спиной в круг, Образное движение «Обезьянки», ходьба змейкой, марш с остановкой.
2. Общеразвивающие упражнения:	Ритмическая гимнастика «Лепка снеговика»: Наклон головы вправо, влево с выпрямлением. Попеременное поднятие рук вверх со сменой темпа. Повороты в сторону с хлопком «берём снег». Наклон вниз, вперёд - «лепим снеговика». Выпад вправо-влево «смотрим, какой получился». Сидя, руки к себе, вперёд – «лепим второй ком». лёжа, прижать руки к коленям, перекаат вправо- влево «лепим третий ком». Лёжа, вытянуть ноги и руки вдоль туловища. Одновременное поднятие ноги и руки .Упражнение на дыхание лёжа. Поднять руки и вести их по полу со словом «Ох».
3. Игроритмика:	Хлопки по ритмическому рисунку музыки, образное движение»паровоз едет».
4. Ритмический танец:	Игровой этюд «По секрету, всему свету» «Где живут чудеса?» (движения по тексту песни).
5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:	Стойка, руки сцеплены за спиной. Релаксация под тихую медленную музыку, плавные движения рук и ног.
6. Зрительная гимнастика:	Движение глаз за ориентирами: Рано утром по порядку вышли звери на зарядку: И котик, и зайчишка, и косолапый мишка. Даже Кеша-акробат физкультуре очень рад. Все вокруг стараются, спортом занимаются.

ФЕВРАЛЬ

Программное содержание: Развитие необходимых двигательных навыков, повышение функциональных возможностей внутренних органов и систем; совершенствование психомоторных способностей детей.

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги 2. Общеразвивающие упражнения:	Ходьба по залу по ориентирам, со сменой направления, марш с ритмичным сжиманием рук в кулаки, бег на носочках змейкой в одну и другую сторону, поскоки, захлест голени назад, ходьба полуприседа, хороводный шаг, перестроение.
	Ритмическая гимнастика «Пограничники»: Встать на носочки, руку приложить ко лбу. Выпад в стороны, руки ко лбу. Присесть, постепенно лечь, затем встать. Ползание вперёд –назад. Перекаат лёжа вправо – влево. Приставной шаг вправо –влево. Прыжки по 4 точкам.
3. Игроритмика	Упражнение на дыхание со словом «Ш – ш – ш» Попеременные хлопки и притопы под музыку. Игровой этюд «Облака»
4. Ритмический танец:	Танец «Диско»
5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:	Релаксация лёжа с закрытыми глазами «У берега моря»
6. Зрительная гимнастика:	«Маятник» движение глаз вправо – влево под музыку

МАРТ

Программное содержание: Углублять знаний об истории, традициях и культуре родного края, формировать у подрастающего поколения чувства национальной гордости за родной язык и культуру.

<p>1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги: 2 . Общеразвивающие упражнения:</p>	<p>Ходьба по залу попеременно с маршем на месте , со сменой положения рук, бег на носочках по большому кругу, двум маленьким кругам, поскоки, припадание, перестроение в 4 колонны.</p>
<p>3. Игроритмика</p>	<p>Ритмическая гимнастика «Кузнецы» Поднять руки, стукнуть рукой о руку над головой. То же самое вправо – влево. Те же движения вперёд. Присесть, стукнуть по колену. Сесть, вытянув ноги в стороны, наклониться к ноге и стукнуть у носочка ноги со словом «тук». «Наковальня»(мостик) Лёжа махи ногами поочерёдно вверх -вниз Прыжки ноги и руки стороны, вместе с хлопком над головой. Упражнение на дыхание «раздуваем меха» «Музыкальное эхо»</p>
<p>4 .Лирический танец:</p>	<p>«Татар биюлэре»</p>
<p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p>	<p>Релаксация под звуки курая</p>
<p>6. Зрительная гимнастика:</p>	<p>«В небе солнышко сияет...»</p>

АПРЕЛЬ

Программное содержание: Развитие выразительности пластики, воспитание умения вести себя в группе во время движения; способствовать развитию умения радоваться и сопереживать, формирование чувства такта.

1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги:	Ходьба по залу по ориентирам, со сменой ведущего, бег в «воротики», змейкой, поскоки, «улитка» хороводным шагом, перестроение.
2. Общеразвивающие упражнения:	Ритмическая гимнастика с цветами: Поднять – опустить цветы. Качание рук над головой. Пружинка с попеременным выставлением рук вперёд. Взмах рукой в сторону с отставлением ноги. Присесть, постепенно встать. Выпад вперёд с плавными движениями рук вперёд –назад. Кружение, руки над головой. Повтор первого упражнения. «Слушай, смотри, повтори»
3. Игроритмика:	
4. Ритмический танец:	« Полька с цветами » («Полька», муз. Рахманинова).
5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:	Встать в круг, поднять цветы, опустить со словом «ах»
6. Зрительная гимнастика:	Проследить за цветами «Найди цветок по названию»

МАЙ

Программное содержание: Предоставить возможность желающим детям самим себя оценить, проанализировать свои успехи и, возможно, неудачи; отметить успехи и достижения детей; использовать приемы для достижения эмоционального комфорта и радости от прошедшего занятия.

<p>1. Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги:</p> <p>2. Общеразвивающие упражнения:</p> <p>3. Игроритмика:</p> <p>4. Ритмический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p> <p>6. Зрительная гимнастика:</p>	<p>Ходьба по залу по ориентирам, в круг – из круга; бег на носочках по диагонали, обратным ходом, враспынную, ползание «раки», переменный шаг, перестроение.</p> <p>Ритмическая гимнастика «Друзья» (в парах): «Лодочка» - поднять соединённые руки – опустить. Наклоны вправо – влево. Пружинка с выставлением ноги на носочек. Встать спинами, сцепить локти, наклониться вперёд. В том же положении: присесть – встать. Сесть лицом друг к другу, ноги в стороны. Соединить ладони, выпрямиться. Лечь лицом друг к другу «велосипед» Встать, прыжки на одной ноге, взявшись за руку. Упражнение на дыхание, как № 1.</p> <p>Игра превращение «Пластилиновая ворона»</p> <p>«My Bfriend» (из репертуара гр. «Непоседы»)</p> <p>Соединиться спинами, встать прямо, постепенно присесть и расслабить мышцы ног и рук, опираясь на спину товарища.</p> <p>Встать парами напротив друг друга. Посмотреть на товарища, затем на картинку позади него.</p>
--	--

