

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 159»

ПРИНЯТО

Протокол Педагогического совета
МАДОУ «Детский сад № 159»
От 13.09.2024г. № 2

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад № 159»
От 16.09.2024г. № 86/5

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Хореография»

Направленность: дети 3-7 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель программы: хореограф Поздеева Степанида Александровна.

Ижевск, 2024

Паспорт Программы

1	Полное название	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности по приобретению детьми практических навыков в танцевальном творчестве «Хореография»
2	Составитель программы	Поздеева Степанида Александровна
3	Дата создания	2024 год
4	Характеристика программы	В Программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, виды упражнений из раздела классический, народный танец, партерная гимнастика. Предполагается, что освоение основных разделов Программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по Программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому, эмоциональному и творческому развитию.
5	Направление деятельности	Художественная направленность
6	Сроки реализации	1 год
7	Возраст дошкольников	3-7 лет
8	Цель программы	Формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально- ритмических и танцевальных движений, развитие исполнительских способностей детей.
9	Краткое содержание программы	<p>Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики, народного и до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.</p> <p>В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности.</p>
10	Прогнозируемые результаты Перспективы развития	<p>Младшая и средняя группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Умеют выполнять шаги на носках, пятках, бег на полупальцах, выполнять простейшие перестроения. - Выполняют движения в ритм под умеренный темп в музыке. - В младшей группе движения выполняют по показу <p>Старшая и подготовительная группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп; пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах,

	<p>поочерёдное выбрасывание ног вперёд, приставной шаг с приседанием; с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд.</p> <ul style="list-style-type: none">- Выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами).- Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности.
--	---

Пояснительная записка

Хореография - это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. 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.

Известный отечественный психолог Л.С.Выготский подчеркивал двигательную природу психического процесса у детей, действенность воссоздания образов «при посредстве собственного тела». Следовательно, танец, с его богатой образно-художественной движущей системой может играть и безусловно играет ключевую роль в развитии продуктивного воображения и творчества. Развитие детского дошкольного творчества – обязательное условие активного прогресса креативных качеств личности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятие 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.

Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

Хореография не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств

В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

Актуальность: Танец, способствуя воспитанию гармонично развитой личности, вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения.

Отличительной особенностью данной программы является то, что содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В Программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-

ритмическая гимнастика, виды упражнений из раздела классический, народный танец, партерная гимнастика. Предполагается, что освоение основных разделов Программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому, эмоциональному и творческому развитию.

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

Программа рассчитана в младшей группе на 1 год, 35 недель, 35 занятий. Продолжительность занятия 15 минут. В средней, старшей и подготовительной группах на 1 год, 35 недель, 70 занятий. Продолжительность занятий 20 минут, 25 минут и 30 минут соответственно.

Цели и задачи реализации программы.

Цель: формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально- ритмических и танцевальных движений, развитие исполнительских способностей детей.

Задачи:

Обучающие:

- изучение элементов классического, народного, бального, современного танцев и партерной гимнастики;
- формирование музыкально-ритмических навыков (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
- обучение правильному дыханию (дыхательные упражнения);
- изучение упражнений для развития тела и укрепления здоровья (улучшение физических данных, формирование осанки)
- умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

Развивающие:

- совершенствование psychomotorных способностей детей (развитие ловкости, точности, силовых и координационных способностей; развитие равновесия, силы, укрепление мышечного аппарата);
- развитие мелкой моторики, памяти, внимания, воображения;
- развитие музыкальных способностей (развитие чувства ритма, умение слушать музыку);
- развитие координации и укрепления опорно-двигательного аппарата.

Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к танцевальному искусству;

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, танцев и игр, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
- воспитание, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Основные принципы построения программы:

- *Принцип доступности изучаемого материала.* Предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей детей и в связи с этим – определение посильных для них заданий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка, степени сложности заданий.

- *Принцип «от простого – к сложному».* Заключается в постепенном усложнении изучаемого материала, в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема интенсивности нагрузок. Обязательным условием успешного обучения также является чередование физических нагрузок с музыкально-ритмическими играми.

- *Принцип систематичности.* Заключается в непрерывности и регулярности занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня знаний и умений.

- *Принцип повторяемости материала.* Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях вырабатывается мышечная память и тогда ребенок может больше внимания уделять эмоциям во время исполнения танца.

- *Принцип сотворчества педагога и воспитанника:* взаимодействие педагога и родителей, родителей и детей-воспитанников дошкольного учреждения.

Необходимыми условиями по организации педагогического процесса является:

- использование современных технологий организации педагогического процесса;
- знакомство с различными формами традиционной народной культуры: прикладным художественным творчеством, особенностями танцевальных движений, отличительными особенностями национальных костюмов.

Возрастные особенности детей

Возрастные особенности детей 3-4 года:

Этот возрастной период является переходным из раннего детства в средний дошкольный возраст. Ребенок 3 лет по-прежнему эмоционален, чувствителен к похвале или порицанию взрослого. Постепенно он выходит за пределы семейного круга. Его общение становится разносторонним. Ребенок с увлечением участвует в ролевых играх, начинает отражать в игре жизненный опыт, выполняет в игре действия взрослых, берет на себя определенную роль мамы, доктора, учителя, воспитателя. Сюжетно-ролевая игра предполагает наличие партнеров. Ребенок учится общаться со сверстниками. Для детей 3-4 лет характерна игра рядом, то есть дети играют в одиночку, но приглядываясь к действиям других.

Возрастные особенности детей 4-5 лет:

При изучении различных танцевальных поз, шагов, движений педагогу нужно широко использовать метод аналогии с животным и растительным миром,

который активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление. Педагог выстраивает танцевальный мини-комплекс, основанный на имитации движений и повадок зверей и птиц. Большое значение на уроках с дошкольниками имеет музыкальное сопровождение. Музыка должна носить четкий ритмический характер и отвечать эмоциональной окраске конкретного движения.

Возрастные особенности детей 5-6 лет:

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

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

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

Возрастные особенности детей 6-7 лет:

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

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества. Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является: быстрый бег, прыжки, подскоки, галопа, приседания.

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

Методы и приемы, используемые при реализации программы:

- Игровой метод;
- Метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды;
- Метод показа;
- Метод повторения;
- Метод коллективного творчества;
- Метод объяснения;
- Метод иллюстративной наглядности.

Форма контроля

Открытые занятия для родителей в I и II полугодии, выступление на утренниках.

Учебно-тематический план

№	Название раздела	Количество занятий			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1	Ритмика	10	17	16	14
2	Партерная гимнастика	8	17	16	14
3	Постановочная работа: этюды, танцы	17	36	38	42
	Всего:	35	70	70	70

Содержание программы (3-4 года)

№	Название раздела	Количество занятий
1	Инструктаж по технике безопасности	1(на 1 и 2 полугодие по 0.5 занятия)
2	Ритмика: -упражнения с хлопками -упражнения с притопами -медленно – быстро - тихо-громко -сильная доля -слабая доля -музыкально-танцевальные импровизации и игры	10
3	Партерная гимнастика: -упражнения для развития выворотности в голеностопном и тазобедренном суставе -упражнения на осанку -упражнения на гибкость спины -упражнения на растяжку	7
4	Постановочная работа: -этюды -танцы	17
	Всего:	35

Содержание программы (4-5 лет)

№	Название раздела	Количество занятий
1	Инструктаж по технике безопасности	1(на 1 и 2 полугодие по 0.5 занятия)
2	Ритмика: -упражнения с хлопками -упражнения с притопами -медленно – быстро - тихо-громко -сильная доля -слабая доля -музыкально-танцевальные импровизации и игры	17
3	Партерная гимнастика: -упражнения для развития выворотности в голеностопном и тазобедренном суставе -упражнения на осанку -упражнения на гибкость спины -упражнения на растяжку	16
4	Постановочная работа: -этюды -танцы	36
	Всего:	70

Содержание программы (5-6 лет)

№	Название раздела	Количество занятий
1	Инструктаж по технике безопасности	1(на 1 и 2 полугодие по 0.5 занятия)
2	Ритмика: -различные шаги под музыку со сменой темпа и ритма -хлопки, притопы на разный ритмический рисунок -музыкально-танцевальные импровизации и игры	16
3	Партерная гимнастика: -упражнения для развития выворотности в голеностопном и тазобедренном суставе -упражнения на осанку -упражнения на гибкость спины -упражнения на растяжку	15
4	Постановочная работа: -этюды -танцы	38
	Всего:	70

Содержание программы (6-7 лет)

№	Название раздела	Количество занятий
1	Инструктаж по технике безопасности	1(на 1 и 2 полугодие по 0.5 занятия)
2	Ритмика: -различные шаги под музыку со сменой темпа и ритма -хлопки, притопы на разный ритмический рисунок -музыкально-танцевальные импровизации и игры	14
3	Партерная гимнастика: -упражнения для развития выворотности в голеностопном и тазобедренном суставе -упражнения на осанку -упражнения на гибкость спины -упражнения на растяжку -прыжки: прямые поджатые, подскоки	13
4	Постановочная работа: -этюды -танцы	42
	Всего:	70

Планируемые результаты:

Младшая и средняя группа:

- Умеют выполнять шаги на носках, пятках, бег на полупальцах, выполнять простейшие перестроения.
- Выполняют движения в ритм под умеренный темп в музыке.
- В младшей группе движения выполняют по показу

Старшая и подготовительная группа:

- Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп; пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах, поочерёдное выбрасывание ног вперёд, приставной шаг с приседанием; с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд.
- Выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами).
- Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;

**Календарно-тематическое планирование по ПОУ
«Хореография» младшая группа 3-4 года**

№	Тема занятия	Количество часов	Содержание
1	Организационное занятие	1	«Поклон»: положение рук и ног, правила исполнения; Разминка: по кругу, положения рук во время разминки.
2	Понятие музыкальной фразы на заданное упражнение	1	Разминка: шаги по кругу на целой стопе, полупальцах, пятках, с поднятием колена «лошадка», бег на полупальцах. Каждый вид исполняется на 16 тактов 2/4.
3	Музыкально-ритмические игры	2	«Ставим ножку на носок», игра на умение слышать и слушать музыку
4	Постановочная работа	1	«Паровозик» этюд на развитие подвижности локтевого сустава, чувства ритма, начало и конец музыкальной фразы, вступление.
5	Музыкальные импровизации	1	«Бабочки» самостоятельный показ, импровизация под соответствующий музыкальный материал.
6	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	«Вышли мышки как то раз» из круга находим свои «звездочки» кто быстрее.
7	Перестроения в танце	1	Перестроение из линий в пары, развитие координации
8	Положение ног и рук	1	Пяточки вместе носочки врозь (пяточки дружат, носочки поссорились), пяточки вместе, носочки вместе (дружат) Руки на поясе,верху (тянутся к солнышку), за спиной, в стороне (натянутые стрелочки)
9	Закрепление изученного материала	1	Повторение пройденного материала
10	Постановка ноги на носок и на пяточку	1	Battement tendu вперед на носок и на пяточку
11	Приставные шаги	1	Приставные наги в сторону с приседание (Plie)во время подставления ноги и без приседание
12	Ритмика	2	Хлопки и притопы под музыку
13	Постановочная работа	2	«Тик – так» развитие воображения, музыкального слуха
14	Музыкальные импровизации, развитие воображения	1	«Зоопарк» по заданию преподавателя изображаем животное под музыку
15	Перестроения в танце	1	Перестроения из круга, линии, с фиксированных мест и врассыпную
16	Закрепление изученного материала	3	Работа над пройденным материалом, совершенствование проученных упражнений

17	Полуприседания	1	полуприседания на месте и с продвижением
18	Ритмика	2	Упражнения по кругу в разном темпе, дети должны услышать и подстроиться под темп музыки
19	Работа в паре	1	Хлопки в паре в ладоши
20	Постановочная работа	2	Этюд «Зайки» развитие воображения : воображаемые лапки, хвостик, ушки, лес...
21	Постановочная работа	2	«У тебя и у меня», работа в паре.
22	Постановочная работа	2	Этюд «Игрушки»
23	Музыкальные импровизации, развитие воображения	1	«Магазин» по заданию преподавателя изображаем животное под музыку
24	Постановочная работа	2	«Злая тучка»
25	Закрепление изученного материала	1	Итоговое игровое занятие
	Итого:	35	

Календарно-тематическое планирование по ПОУ

«Хореография» средняя группа 4-5 лет

№	Тема занятия	Количество часов	Содержание
I Полугодие			
	Организационное занятие	1	-Поклон -Разминка -Инструктаж по технике безопасности (беседа) -Поклон
	Положение ног на уроках по хореографии	1	-Поклон -Разминка -I невыворотная позиция ног - I прямая позиция ног - закрепление изученного материала -поклон
	Музыкально-ритмические игры	2	-Поклон -Разминка -игра «Зоопарк» - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон
	Постановочная работа	3	-Поклон -Разминка - «Раз ладошка» I, II, III фигуры

			-повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	-Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	2	-Поклон -Разминка по кругу - игра «Вышли мышка как то раз посмотреть который час» - повторение этюдом и постановок -поклон
	Положения рук на уроках хореографии	1	-Поклон -Разминка по кругу -понятие «положение рук» -руки на поясе
	Закрепление изученного материала	4	-Поклон -Разминка по кругу -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках «Праздник осени» -Поклон
	Партерная гимнастика	4	-Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках -упражнения на осанку
	Основные шаги на занятиях по хореографии	1	-Поклон -Разминка -шаги с носочка -шаги на полупальцах - закрепление изученного материала -поклон
	Музыкально-ритмические игры	2	-Поклон -Разминка -игра «Бабочки и жука» - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон
	Постановочная работа	5	-Поклон -Разминка - «Злая тучка», I,II,III фигуры -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные	1	-Поклон

	импровизации		- импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	-Поклон -Разминка по кругу - игра «Вышли мышка как то раз посмотреть который час» - повторение этюдом и постановок -поклон
	Положения рук на уроках хореографии	1	-Поклон -Разминка по кругу -руги над головой (III позиция) - руки в стороне - подготовительное положение рук -повторение пройденного материала -поклон
	Закрепление изученного материала	2	-Поклон -Разминка по кругу -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках «Новый год» -Поклон
	Партерная гимнастика	3	-Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках -упражнения на развитие выворотности стопа и тазобедренного сустава
II Полугодие			
	Основные шаги	1	<i>-Поклон</i> <i>-Разминка</i> <i>-бег с подниманием колена «Лошадка»</i> <i>-бег «взахлест»</i> <i>- закрепление изученного материала</i> <i>-поклон</i>
	Музыкально-ритмические игры	1	-Поклон -Разминка - игры на ориентировку в пространстве и умение слышать и слушать музыкальные фразы - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон

	Постановочная работа	4	-Поклон -Разминка - «Всем на свете нужен дом» I,II,III фигуры -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	-Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	2	-Поклон -Разминка по кругу - игра «Кошкин дом» - повторение этюдом и постановок -поклон
	Положения рук на уроках хореографии	1	-Поклон -Разминка по кругу - положение рук «Домик» -руки на поясе
	Закрепление изученного материала	4	-Поклон -Разминка по кругу -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках «8Марта» -Поклон
	Партерная гимнастика	4	-Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках - различные подъемы ног и переходы из одного положения корпуса в другое, стойка на лопатках
	Основные шаги	1	-Поклон -Разминка - закрепление изученного материала -поклон
	Музыкально-ритмические игры	2	-Поклон -Разминка - игры на ориентировку в пространстве и умение слышать и слушать музыкальные фразы - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон
	Постановочная работа	4	-Поклон -Разминка

			- «Кто березку причесал» -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	-Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	-Поклон -Разминка по кругу - игра «Снежный ком» - повторение этюдом и постановок -поклон
	Положения рук на уроках хореографии	1	-Поклон -Разминка по кругу - положение рук над головой , покачивание -руки на поясе
	Закрепление изученного материала	3	-Поклон -Разминка по кругу -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках -Поклон
	Партерная гимнастика	4	-Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках - упражнения лежа на животе: лягушка, кузнечик, лодочка
	Итого:	70	

Календарно-тематическое планирование по ПОУ

«Хореография» старшая группа 5-6 лет

№	Тема занятия	Количество часов	Содержание
I Полугодие			
	Организационное занятие	1	-Поклон -Разминка -Инструктаж по технике безопасности (беседа) -Поклон
	Основные шаги	3	-Поклон

			<p>-Разминка</p> <p>-шаги а различных темпах, смена направления движения, бег «ножницы»</p> <p>- закрепление изученного материала</p> <p>-поклон</p>
	Музыкально-ритмические игры	2	<p>-Поклон</p> <p>-Разминка</p> <p>-игра «Зоопарк»</p> <p>- упражнения над развитием воображения</p> <p>- этюды</p> <p>-поклон</p>
	Постановочная работа	5	<p>-Поклон</p> <p>-Разминка</p> <p>- «Раз ладошка» I, II, III фигуры</p> <p>-повторение изученного материала</p> <p>-поклон</p>
	Музыкальные импровизации	2	<p>-Поклон</p> <p>- импровизации под музыку на заданную тему</p> <p>-повторение пройденного материала</p> <p>-Поклон</p>
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	<p>-Поклон</p> <p>-Разминка по кругу</p> <p>- перестановки из диагонали в круг</p> <p>- повторение этюдом и постановок</p> <p>-поклон</p>
	Положения рук на уроках хореографии	1	<p>-Поклон</p> <p>-Разминка по кругу</p> <p>-переходы рук из положения вперед, в сторону, вверх</p> <p>-руки на поясе</p>
	Закрепление изученного материала	3	<p>-Поклон</p> <p>-Разминка по кругу</p> <p>-Работа над исполнительским мастерством в постановках</p> <p>-Подготовка к выступлениям на утренниках «Праздник осени»</p> <p>-Поклон</p>
	Партерная гимнастика	2	<p>-Поклон</p> <p>-Разминка по кругу</p> <p>-инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках</p> <p>-упражнения на осанку</p>
	Прыжки	1	<p>-Поклон</p> <p>-Разминка</p> <p>-прыжки по невыворотной позиции врозь, вместе</p>

			- закрепление изученного материала -поклон
	Музыкально-ритмические игры	1	-Поклон -Разминка -игра «Бабочки и жуки» - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон
	Постановочная работа	4	-Поклон -Разминка - «Мы маленькие звезды» -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	-Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	-Поклон -Разминка по кругу - Упражнения в паре, «до-за-до»
	Положения рук на занятиях по хореографии	1	-Поклон -Разминка по кругу -комбинации на хлопки в паре - руки в стороне - подготовительное положение рук -повторение пройденного материала -поклон
	Закрепление изученного материала	3	-Поклон -Разминка по кругу -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках «Новый год» -Поклон
	Партерная гимнастика	4	-Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках -упражнения на развитие выворотности стопа и тазобедренного сустава
II Полугодие			
	Основные шаги	1	-Поклон -Разминка -бег с подниманием колена «Лошадка»

			-бег «взахлест» - закрепление изученного материала -поклон
	Музыкально-ритмические игры	2	-Поклон -Разминка - игры на ориентировку в пространстве и умение слышать и слушать музыкальные фразы - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон
	Постановочная работа	4	-Поклон -Разминка - «Девчонки, мальчишки» -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	-Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	-Поклон -Разминка по кругу - из положения «шахматный порядок» перестроение в линии и диагональ - повторение этюдом и постановок -поклон
	Упражнения на координацию	1	-Поклон -Комбинации для рук на координацию в сочетании с прыжками
	Закрепление изученного материала	4	-Поклон -Разминка по кругу -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках «8Марта» -Поклон
	Партерная гимнастика	4	-Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках - различные подъемы ног и переходы из одного положения корпуса в другое, растяжка
	Основные шаги	1	-Поклон -Разминка - приставные шаги, подскоки

			-поклон
	Музыкально-ритмические игры	2	-Поклон -Разминка - игры на ориентировку в пространстве и умение слышать и слушать музыкальные фразы - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон
	Постановочная работа	4	-Поклон -Разминка - «Шоколад» -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	-Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	-Поклон -Разминка по кругу - перестроения в колонны - повторение этюдом и постановок -поклон
	Положения рук на уроках хореографии	1	-Поклон -Разминка по кругу - положение рук над головой , покачивание -руки на поясе
	Закрепление изученного материала	3	-Поклон -Разминка по кругу -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках -Поклон
	Партерная гимнастика	3	-Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках - упражнения лежа на животе: лягушка, кузнечик, лодочка -кувырки и перевороты -поклон
	Итого:	70	

Календарно-тематическое планирование по ПОУ

«Хореография» подготовительная группа 6-7 лет

№	Тема занятия	Количество часов	Содержание
I Полугодие			
	Организационное занятие	1	-Поклон -Разминка -Инструктаж по технике безопасности (беседа) -Поклон
	Положение ног на уроках по хореографии	1	-Поклон -Разминка -III позиция ног в хореографии - закрепление изученного материала -поклон
	Основные элементы танцев	2	-Поклон -Разминка -Элементы русского народного танцы -Полька - этюды -поклон
	Постановочная работа	6	-Поклон -Разминка - «Ложки поварежки» «Ежик» -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	-Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	-Поклон -Разминка по кругу -Сложные перестроения их «Змейки» в круг, из круга по диагональ
	Положения рук на уроках хореографии	1	-Поклон -Разминка по кругу - «подготовительная» позиция рук -руки на поясе
	Закрепление изученного материала	3	-Поклон -Разминка по кругу

			<ul style="list-style-type: none"> -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках «Праздник осени» -Поклон
	Партерная гимнастика	4	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках -упражнения на осанку
	Основные шаги на занятиях по хореографии	1	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка -полька -подскоки - закрепление изученного материала -поклон
	Музыкально-ритмические игры	2	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон
	Постановочная работа	5	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка - «Дождик» -«Птицы» -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка по кругу - полукруг, перестроения из полукруга в круг и обратно - повторение этюдом и постановок -поклон
	Положения рук на уроках хореографии	1	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка по кругу -руги над головой (III позиция) - руки в стороне - подготовительное положение рук -повторение пройденного материала -поклон
	Закрепление изученного материала	2	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка по кругу

			<ul style="list-style-type: none"> -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках «Новый год» -Поклон
	Партерная гимнастика	3	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках -упражнения на развитие выворотности стопа и тазобедренного сустава
II Полугодие			
	Основные шаги	1	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка -бег с подниманием колена «Лошадка» -бег «взахлест» - закрепление изученного материала -поклон
	Музыкально-ритмические игры	1	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка - игры на ориентировку в пространстве и умение слышать и слушать музыкальные фразы - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон
	Постановочная работа	5	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка -Этюдная работа -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка по кругу - «Змейка» - повторение этюдом и постановок -поклон
	Положения рук на уроках хореографии	1	<ul style="list-style-type: none"> -Поклон -Разминка по кругу - знакомство с позициями рук в классическом танце

			-руки на поясе
	Закрепление изученного материала	4	-Поклон -Разминка по кругу -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках «8Марта» -Поклон
	Партерная гимнастика	4	-Поклон -Разминка по кругу -инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках - различные подъемы ног и переходы из одного положения корпуса в другое, стойка на лопатках
	Основные шаги	1	-Поклон -Разминка -боковой галоп - закрепление изученного материала -поклон
	Музыкально-ритмические игры	2	-Поклон -Разминка - игры на ориентировку в пространстве и умение слышать и слушать музыкальные фразы - упражнения над развитием воображения - этюды -поклон
	Постановочная работа	5	-Поклон -Разминка - Этюдная работа -Работа над исполнительским мастерством в выученных номерах -повторение изученного материала -поклон
	Музыкальные импровизации	1	-Поклон - импровизации под музыку на заданную тему -повторение пройденного материала -Поклон
	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	-Поклон -Разминка по кругу - без шагом польки в парах по кругу - повторение этюдом и постановок -поклон
	Партерная гимнастика	2	-Поклон -Разминка «Шоколад»

			-инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений на ковриках - упражнения лежа на животе: лягушка, кузнечик, лодочка
	Закрепление изученного материала	3	-Поклон -Разминка по кругу -Работа над исполнительским мастерством в постановках -Подготовка к выступлениям на утренниках -Поклон
	Итоговое	1	-Поклон Итоговое игровое занятие
	Итого:	70	