

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТОМСКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ПРОГИМНАЗИЯ «КРИСТИНА» Г. ТОМСКА

ПРИНЯТА  
на заседании Педагогического совета  
Протокол № 1 от «30»августа 2024 года  
Приказ № 172 от «30» августа 2024года

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ прогимназии «Кристина»  
Е.В. Севостьянова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Хореография»**  
художественной направленности  
(возраст участников 3-7 лет)

**Разработчик программы:  
музыкальный руководитель  
Ануфриева Ж.Н.**

Томск– 2024

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3 стр.
2. Задачи программы .....	5 стр.
3. Предполагаемые результаты.....	8 стр.
4. Учебно-тематический план .....	11 стр.
5. Принципы и методы обучения.....	12 стр.
6. Взаимосвязь программы с образовательными областями .....	13 стр.
7. Содержание программы .....	15 стр.
8. Список литературы .....	20 стр.

## Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и направлена на «...сохранение и поддержку индивидуальности ребёнка, развития индивидуальных способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой». (ФГОС)

В дошкольном возрасте активно развиваются специальные способности детей, прежде всего художественные. Дошкольное детство создает благоприятные условия для их формирования. Дошкольник включен во все многообразие художественных видов деятельности. Это создает возможность для проявления специальных способностей, в том числе музыкальных. Возможность выразить свои чувства в танце, внимательно слушая музыку, в огромной степени способствует эмоциональному, духовному, физическому развитию дошкольника. Сочетание духовного и физического необходимо для развития личности ребенка.

**Актуальность данной образовательной программы** характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Родители справедливо считают, что ребенок, который *умеет* танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Современный социальный заказ на образование обусловлен и задачами художественного образования детей, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Анализ имеющихся программ и педагогических технологий (Васильева М.А., Гербова В.В. «Программа воспитания и обучения в детском саду», Буренина А.И. «Ритмическая мозаика», Матяшина А.А. «Путешествие в страну «Хореография»», Пряхина О.В. «Пластика движений») выявил, что авторами недостаточно уделяется внимания ознакомлению с классическим танцем, танцевальным фольклором, танцевальной и музыкальной грамоте. Результаты мониторинговых исследований подтверждают необходимость написания программы позволяющей детям познакомиться с особенностями классического и национального танца, его жанрами и стилями, творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации. Программа направлена на совершенствование традиционной практики по хореографическому и музыкально-ритмическому обучению детей дошкольного возраста.

**Новизна** данной программы определена Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования. В ней в игровой форме для детей дошкольного возраста интегрированы такие направления, как хореография, музыка, пластика, сценическое движение. Ее отличительными особенностями является активное использование метода игровых технологий в организации творческого процесса.

**Педагогическая значимость образовательной программы** «Хореография» определена тем, что ориентирует на приобщение каждого ребенка к танцевально-

музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности.

Данная программа *художественной направленности* предназначена для работы с детьми дошкольного возраста 3-7 лет

Образовательная программа «Хореография» является авторской и базируется на ведущей позиции обновления образования на современном этапе общества – принципе преемственности дошкольного образования и начального общего образования.

### **Цель программы:**

Выявление и развитие творческих способностей каждого воспитанника, развитие личности дошкольника.

### **Задачи программы:**

- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- обучить элементам танцевальной и музыкальной грамоты;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Срок реализации - 4 года.

## **Организация образовательного процесса**

Основная форма образовательной работы с детьми - музыкально-тренировочные занятия, которые включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. С детьми проводятся беседы – диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Подбор музыки и двигательных упражнений осуществляется соответственно возрастным возможностям детей и поставленным целям.

### **Этапы работы**

I этап – подготовительный (младшая группа)

II этап – основной (средняя и старшая группы)

III этап – этап совершенствования (подготовительная к школе группа)

## Задачи программы по возрастным группам

I год обучения	<p>1. Приучать ходить под музыку с последующим совершенствованием (в направлении «по линии танца»).</p> <p>2. Продолжать формировать способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым и самостоятельно (к концу года):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- хлопать в ладоши;</li> <li>- притопывать ногой;</li> <li>- полуприседать;</li> <li>- полуприседать с поворотами вправо и влево – «пружинка»;</li> <li>- совершать повороты кистей рук – «фонарики»;</li> <li>- переступание с ноги на ногу;</li> <li>- помахивание игрушкой, платочком;</li> <li>- кружение по одному и в парах и т.д.</li> </ul> <p>3. Учить детей начинать движение с началом музыки и заканчивать с её окончанием. 4. Развивать музыкально-ритмические навыки (упражнения с ложками, погремушками).</p> <p>5. Развивать музыкальную выразительность (упражнения с платочками, листочками на лентах, «снежинками», цветочками).</p> <p>4. Совершенствовать умение ходить и бегать (на носках, тихо; высоко и низко поднимая ноги; прямым галопом).</p> <p>5. Способствовать приобретению умения вслушиваться в музыку.</p> <p>6. Способствовать приобретению умения с изменением характера ее звучания изменять движения (переходить с ходьбы на притопывание, кружение).</p> <p>7. Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями (мишка косолапый идет, заяка прыгает, птичка летает, птичка клюет, лошадка скачет, кошечка облизывается).</p> <p>8. Учить вслушиваться в звучание музыки и чувствовать регистры (высокий и низкий).</p> <p>9. Совершенствовать умение ходить и бегать (на носках, тихо, высоко и низко поднимая ноги, прямым галопом).</p> <p>10. Выполнять плясовые движения в кругу, в рассыпную, менять движения с изменением характера музыки или содержания песни.</p> <p>11. Формировать навыки ориентировки в пространстве.</p> <p>12. Развивать эмоциональность и образность восприятия музыки через движения и элементы народных и образных костюмов.</p> <p>13. Воспитывать желание слушать музыку и самостоятельно выполнять простейшие танцевальные движения.</p>
II год обучения	<p>1. Совершенствовать навыки основных движений (ходьба и бег). 2. Способствовать развитию музыкально-танцевальной памяти. 3. Развивать музыкально-ритмические навыки (упражнения с ложками).</p> <p>4. Формировать умение узнавать знакомые мелодии, чувствовать характер музыки (веселый, бодрый, спокойный), эмоционально на нее реагировать.</p> <p>5. Совершенствовать навыки выразительной и эмоциональной передачи игровых и сказочных образов; характера танцевальных мелодий, используя полумаски, костюмы.</p> <p>6. Улучшать качество исполнения танцевальных движений: кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, выполнять прямой галоп и др.; двигаться под музыку с предметами (листочки, платочки, снежинки и т.п.), без них; двигаться под музыку ритмично и согласно темпу и характеру музыкального произведения.</p> <p>7. Стимулировать самостоятельное выполнение танцевальных движений под</p>

	<p>народные плясовые мелодии без предметов и с предметами.        8. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.        9. Формировать навык приветствия учителя («Поклон – приветствие»). 10. Воспитывать эмоциональную отзывчивость на танцевальную музыку</p>
<p>III год обучения</p>	<p>1. Освоить упражнения для развития техники танца:        I Урок классического танца:        а) знакомство с позициями рук и ног        Позиции рук: подготовительная, I, II, III; Позиции ног: I, II, III, VI;        б) полуприседание (деми плие) в I и III позициях; в) вытягивание ноги на носок (батман тандю).        II Урок народно-сценического танца:        а) деми плие в I и VI позициях;        б) вытягивание ноги на носок с последовательным переходом на каблук и на носок. III Танцевальные элементы и композиции:        а) элементы движений и танцевальные этюды русских, татарских народных танцев; б) хлопки в различных ритмических рисунках;        в) хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков); г) характерные присядки (русские, татарские).        2. Выполнять самостоятельно (без показа, по словесной инструкции педагога) упражнения: - ходить и бегать ритмично, ходить спокойным, бодрым шагом и с высоким подъемом ног; - скакать с ноги на ногу;        - легко, свободно выполнять прямой галоп;        - пружинящие движения;        - в прыжке поочередно выбрасывать ноги вперед;        - делать шаг на всей стопе с продвижением вперед и в кружении;        - выставлять ногу поочередно на носок и на пятку;        - приставной шаг с приседанием;        - полуприседание с выставлением ноги на пятку;        - поскоки;        - подготовительные упражнения к переменному шагу;        - поклон – приветствие.        3. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.        4. Отмечать в движении сильную долю такта, менять движение в соответствии с формой музыкального произведения.        5. Слышать и передавать в движении ярко-выраженные ритмические акценты, различать малоконтрастные части музыки.        6. Самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки. 7. Менять движения со сменой частей музыкальных фраз.        8. Выразительно, ритмично выполнять движения с предметами (ложки, ленты и др.), согласовывая их с характером музыки.        9. Знакомить с особенностями национальных плясок (русские, немецкие) и бальных танцев (полька, менуэт, вальс);        10. Развивать танцевально-игровое творчество;        11. Развивать творческую активность детей (выполнение творческих заданий).        12. Выработать у детей красивую осанку, подтянутость, внутреннюю собранность.        13. Учить детей импровизировать под музыку соответствующего характера,</p>

	<p>выразительно исполнять движения животных («Веселый козлик», «Неуклюжий пингвин» и др.).</p> <p>14. Стимулировать формирование танцевальных навыков и умений; психических процессов: мышления, воображения; фантазии и импровизации.</p> <p>15. Содействовать проявлению активности и самостоятельности.</p> <p>16. Воспитывать нравственно-волевые качества (настойчивость, выдержку), умение действовать в коллективе, дружеские взаимоотношения в играх, умение подчинять свои интересы интересам всего коллектива.</p> <p>17. Способствовать созданию устойчивого интереса к предмету.</p>
<b>IV год обучения</b>	<p>1. Освоить упражнения для развития техники танца:</p> <p>I Урок классического танца:</p> <p>а) знакомство с позициями рук и ног: Позиции рук (0, I, II, III); Позиции ног (I, II, III, IV);</p> <p>б) полуприседание (деми-плие) в I, II, III позиции;</p> <p>в) вытягивание ноги на носок (батман тандю) с паузами на каждой точке с I позиции вперед - в сторону, позднее – назад;</p> <p>г) подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в I, II, III позициях (лицом к станку); д) перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку);</p> <p>е) прыжки (соте) на двух ногах с паузами в I, II, III позициях; ж) упражнения для рук, головы, корпуса (пор де бра).</p> <p>II Урок народно-сценического танца:</p> <p>а) деми плие и гран плие в I и IV позициях;</p> <p>б) вытягивание ноги на носок с последовательным переходом на каблук и на носок; в) маленькие шаги.</p> <p>III Танцевальные элементы и композиции:</p> <p>а) элементы движений и танцевальные этюды русских, немецких народных танцев; б) хлопки в различных ритмических рисунках;</p> <p>в) хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков);</p> <p>г) характерные присядки (русские, немецкие – для мальчиков); д) вертушки (для девочек).</p> <p>2. Продолжать знакомить с особенностями национальных плясок и бальных танцев.</p> <p>3. Развивать эстетическое восприятие, интерес, любовь к танцевальной музыке, формировать музыкально-танцевальную культуру на основе знакомства с классической и современной танцевальной музыкой.</p> <p>4. Формировать, развивать и совершенствовать танцевально - игровое творчество.</p> <p>5. Учить придумывать движения к пляскам, танцам; импровизировать.</p> <p>6. Учить составлять композицию танца, проявляя оригинальность и самостоятельность в творчестве.</p> <p>7. Учить импровизировать движения разных персонажей под музыку соответствующего характера. 8. Побуждать к инсценированию содержания хороводов.</p> <p>9. Совершенствовать навык «Поклон – приветствие», «Поклон – приглашение»;</p> <p>10. Воспитывать интернациональные чувства.</p> <p>11. Воспитывать нравственно-волевые качества.</p> <p>12. Воспитывать патриотические чувства.</p>

### Предполагаемые результаты к концу 1 года обучения

#### Младшая группа

##### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить организованно под музыку;

- приветствовать учителя;
  - ходить и бегать по кругу под музыку.
- 2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**
- воспринимать и воспроизводить движения с предметами (погремушки, ложки, палочки) и без, показываемые взрослым;
  - передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года.

**3. Навыки и умения выразительного движения:**

- воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым (хлопать, притопывать ногой, полуприседать, совершать повороты кистей руки и т.д.);
- начинать движение с началом музыки и заканчивать с ее окончанием;
- двигаться в соответствии с характером музыки;
- передавать образы (птичка летает, заяка прыгает, мишка косолапый идет);
- ходить и бегать (на носках, тихо, высоко и низко поднимая ноги, прямым галопом);
- выполнять плясовые движения в кругу, врассыпную, менять движения с изменением характера музыки или содержания песни;
- выполнять движения – притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук;
- исполнять танцевальные этюды: «Веселые путешественники», «Мишка косолапый», «Зайка», «Красный цветок», «Снежинки», «Петрушки».

### Предполагаемые результаты к концу 2 года обучения

**Средняя группа**

**1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- маршировать вместе со всеми и индивидуально;
- выполнять основные движения (ходьба и бег) в умеренном и быстром темпе;

**2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки, платочки).

**3. Навыки и умения выразительного движения:**

- слушать танцевальную мелодию до конца, узнавать знакомые мелодии;
- замечать изменения в звучании мелодии (тихо – громко);
- выполнять танцевальные движения: притопывать попеременно двумя ногами и одной ногой, кружиться в парах, выполнять прямой галоп, двигаться под музыку с предметами (флажки, листочки, веточки и т.п.), игрушками, без них;
- передавать игровые и сказочные образы: идет медведь, крадется кошка, бегают мышата, скачет заяка, ходит петушок, клюют зернышки цыплята, летают птички, едут машины, летят самолеты, идет коза рогатая и др.;
- приветствовать учителя («Поклон – приветствие»);
- элементы народных танцев;
- русские народные танцы: «Зоренька», «Матрешки»;
- немецкий народный танец «Полька»;
- «Птичка», «Снежинки», «Мишки».

## Предполагаемые результаты к концу 3 года обучения

### Старшая группа

#### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;
- приветствовать учителя;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»;
- выполнять бег: легкий и стремительный;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий;
- ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, их круга.

#### **2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки), согласовывая их с характером музыки.

#### **3. Навыки и умения выразительного движения:**

- творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, импровизациях, играх;
- бегать с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;
- двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами;
- бегать на полупальцах;
- внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением;
- узнавать плясовые движения по мелодии;
- выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно менять их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;
- выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах;
- ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга в рассыпную и обратно, подскоки;
- выполнять элементы классического и народно-сценического урока;
- выполнять элементы польки, русской пляски;
- немецкий народный танец «Полька»;
- русский народный танец «У завалинки»;
- хореографические композиции: «Птичий двор», «Зимняя сказка», «Буратино».
- выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, саблями, цветами);
- инсценировать хороводы;

- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»).

## **Предполагаемые результаты к концу 4 года обучения**

### **Подготовительная к школе группа**

#### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно), сохранять правильные дистанции в колонке парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковому и музыкальному сигналам;
- наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку;
- ходить вдоль стен с четкими поворотами в углах зала;
- строиться в колонну «по два»;
- перестраиваться из колонны парами в колонну «по одному»;
- строиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную.

#### **2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- реагировать сменой движений на смену характера музыки;
- самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений;
- самостоятельно отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент;
- реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.

#### **3. Навыки и умения выразительного движения:**

- легко, естественно и непринужденно выполнять шаг польки, переменный шаг, высокий шаг, пружинящий шаг, боковой галоп, подскоки с ноги на ногу, легкие подскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед и все плясовые движения;
- ритмично, легко и непринужденно действовать с мячами, скакалками и другими предметами под музыку;
- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- самостоятельно менять движения в соответствии с трехчастной формой музыкального произведения и музыкальными фразами;
- выполнять танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении;
- выразительно передавать игровые образы в инсценировании песен;
- самостоятельно инсценировать содержание песен, хороводов, действовать, не подражая друг другу;
- придумывать варианты к играм и пляскам;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- выполнять элементы классического и народно-сценического урока;
- выполнять элементы русской пляски и немецкого танца;
- русские народные танцы: «Кадриль», «Яблочко», «Парная полька»;
- немецкие народные танцы;
- исполнять хореографическую композиции: «Петрушки», «Зимушка-зима»;
- «Фигурный вальс».
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»), приглашать на танец («Поклон – приглашение»).

## Учебно-тематический план 1 и 2 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
п/п					и/контроля
1	Упражнения на середине зала	8	1	7	текущий
2	Ритмические упражнения и игры	12	2	10	текущий
3	Коллективно-порядковые упражнения	9	1	8	текущий
4	Танцевальные элементы и композиции	13	2	11	итоговый
	ИТОГО:	42	6	36	

## Учебно-тематический план 3 и 4 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации и/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Урок классического танца	5	1	4	итоговый
2	Урок народно-сценического танца	7	2	5	итоговый
3	Упражнения на середине зала	7	1	6	текущий
4	Ритмические упражнения и игры	6	1	5	текущий
5	Коллективно-порядковые упражнения	4	1	3	текущий
6	Танцевальные элементы и композиции	13	3	10	итоговый
	ИТОГО:	42	10	32	

### Формы контроля

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- итоговый – творческий отчет: выступление на праздниках и развлечениях, участие в конкурсах.

### Принципы обучения.

Процесс обучения в курсе хореографии построен на реализации дидактических принципов.

*Принцип наглядности* помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

*Принцип доступности* требует постановки перед детьми задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого материала по дидактическому правилу: от известного в неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

*Принцип систематичности* предусматривает непрерывность процесса танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

*Принцип гуманности* в воспитательной работе выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей.
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения.

*Принцип демократизма* основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

## **Методы и методические приемы.**

В курсе обучения хореографии применяются традиционные методы обучения: словесный, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения, с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной и танцевальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению материала, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих детей. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения танцевального движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества детей между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Приоритетным направлением прогимназии является поликультурное образование дошкольников и младших школьников, основанное на изучении двух культур – немецкого и русского народа, поэтому курс «Хореография» взаимодействует с другими образовательными областями.

### Взаимосвязь программы с образовательными областями

№	Образовательная область	Содержание
1.	Социально-коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам.</li> <li>• Воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми.</li> <li>• Воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр и т.д.)</li> <li>• Воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место,</li> <li>• извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.</li> </ul>

2.	Познавательное и речевое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• История становления танцевальной культуры у различных народов мира.</li> <li>• Танцевальные костюмы: история костюма, изучение отдельных элементов, их изготовление.</li> <li>• Понятие о танцевальных обрядах у различных народов мира.</li> <li>• Игровые танцевальные этюды в подражание движениям животным, птиц, рыб, явлений природы и т.д.</li> <li>• Времена года в танцевальных композициях.</li> <li>• Различные построения и перестроения, рисунок танца, условные точки танцевального зала.</li> <li>• Ракурсы, повороты, танцевальные позы, движения с расчетом высоты, разворота, подъема и т.д.</li> <li>• Термины, принятые в хореографии, их правильное произношение.</li> </ul>
3.	Художественно-эстетическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Связь танца с музыкой. Слушание и анализ танцевальной музыки.</li> <li>• Понятие о ритме, темпе, размере и других средствах музыкальной выразительности.</li> <li>• Знания о выразительных средствах танца: движение тела, жесты рук, мимика лица, позы.</li> <li>• Понятия о жанрах хореографии, об особенностях немецкого и русского танцев</li> </ul>
4.	Физическая культура	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Освоение специальных упражнений на выработку выносливости, силы, ловкости, выразительности поз и танцевальных фигур: разминка, освоение шага, прыжки, партерная гимнастика, освоение танцевальных элементов, движений и комбинаций.</li> <li>• Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций.</li> <li>• Умение правильно дышать при выполнении упражнений и исполнении танцев.</li> </ul>

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. В соответствии с психолого-возрастными особенностями детей продолжительность одного часа занятия:

1. для детей 3-4 года – 15 минут

2. для детей 4-5 лет – 20 минут
3. для детей 5-6 лет – не более 25 минут;
4. для детей 6-7 лет – 30 минут

Продолжительность учебного года составляет 42 недели (сентябрь – июнь)

### ***Ценностные ориентиры содержания курса «Хореография»***

В процессе освоения курса у детей формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Активное освоение данной деятельности позволяет развивать музыкальные и танцевальные способности, знакомить с культурой и бытом разных народов, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **I год обучения**

Сначала дети исполняют движения сидя на полу, позднее на стульях и стоя.

#### **Упражнения на середине зала**

- Марш. Построение в шеренгу, круг.

#### **Ритмические упражнения и игры**

- Движения в характере и темпе музыки (быстро – медленно).
- Музыкальные игры организующего характера.
- Начало движений одновременно с началом музыкальной фразы.

#### **Коллективно-порядковые упражнения**

- Исходное положение.
- Ходьба и бег, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.
- Ползание, лазание, разнообразное действие с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).

#### **Танцевальные элементы и композиции**

- Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед.
- Хлопать в ладоши, совершать повороты кистей рук.
- Притопывать ногой.
- Кружение в парах.
- Приседать и полуприседать.
- Танцевальные этюды и пляски согласно репертуарного плана.

### **II год обучения**

Дети исполняют движения лицом к станку, в конце года на середине зала,.

#### **Упражнения на середине зала**

- Марш. Построение в шеренгу, колонну, круг.

- Круг. Построение круга из колонны, из пар, построение маленьких кругов попарно.

### **Ритмические упражнения и игры**

- Движения в характере и темпе музыки (быстро, медленно).
- Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.
- Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования.

### **Коллективно-порядковые упражнения**

- Правильное исходное положение.
- Ходьба и бег: с высоким подниманием колени оттягиванием носка.
- Перестроение в круг из шеренги.
- Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

### **Танцевальные элементы и композиции**

- Танцевальный шаг (шаг с носка).
- Высокий шаг.
- Мягкий пружинящий шаг.
- Бег на полупальцах.
- Тихая ходьба.
- Легкие подскоки.
- Прыжки.
- Притопы.
- Танцы согласно репертуарного плана

## **III год обучения**

Сначала дети исполняют движения лицом к станку, держась за палку обеими руками (позднее – одной рукой), поочередно правой и левой ногой.

### **Упражнения для развития техники танца**

#### **Урок классического танца**

- Знакомство с позициями ног и рук. Позиции ног: первая, вторая, третья, четвертая, пятая. Позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья.
- Полуприседание (деми-плие) в первой, второй и третьей позициях.
- Вытягивание ноги на носок (батман тандю) с паузами на каждой точке с первой позиции вперед – в сторону, позднее – назад.
- Круговое движение ногой по полу по точкам (рон де жамб партер) с остановкой вперед в четвертую позицию, в сторону – во вторую назад – в четвертую и в первую позиции.
- Выбрасывание ноги (батман жете) с первой позиции в сторону – вперед – в сторону – назад.
- Положение ноги на щиколотке (сюр лек у-де-пье).
- Проходное движение (пассе).
- Ударный бросок (батман шрапе) в сторону (в конце учебного года).
- Поднимание вытянутой ноги на 45° в сторону с первой позиции (релеве лан). Большой бросок ноги (гран батман жете) в сторону, на 45° с паузой на каждой точке.
- Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в первой, второй, третьей, пятой позициях (лицом к станку).
- Перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

- Прыжки (соте) на двух ногах с паузами в первой, второй и третьей позициях.
- Упражнение для рук, головы, корпуса (пор де бра).
- Позы.

### **Урок народно-сценического танца**

- Деми плие и гран плие в первой и шестой позициях.
- Вытягивание ноги на носок с последовательным переходом на каблук и на носок.
- Вытягивание ноги с одновременным ударом пяткой опорной ноги (батман тандю каблучный).
- Маленькие шаги.
- Упражнения с ненапряженной ступней (флик-флак).
- Мазок и удар ненапряженной ступней по полу (дубль флик).
- Вынесение ноги на каблук вперед и в сторону.

Все указанные движения изучают у станка и на середине зала.

Уже с первого дня обучения детям нужно постоянно напоминать о положении корпуса, чтобы правильная осанка вошла в привычку. Свободные руки держат на талии. В это время учащиеся впервые получают представление об опорной и работающей ноге. Опорная нога должна образовывать с корпусом прямую вертикальную линию.

### **Упражнения на середине зала**

- Марш. Построение в шеренгу, колонну, круг.
- Перестроение из одной шеренги в две.
- Повороты на месте вправо, влево, кругом.
- Круг. Построение круга из колонны, из пар, построение маленьких кругов попарно, по четыре и т.д.
- Фигурная маршировка, ходьба парами, четверками: змейки, волны, гребешок, звездочки.

### **Ритмические упражнения и игры**

- Движения в характере и темпе музыки (быстро, медленно).
- Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.
- Элементарное ознакомление с длительными – половинными, четвертными, восьмыми.
- Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования.

### **Коллективно-порядковые упражнения**

- Правильное исходное положение.
- Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.
- Перестроение в круг из шеренги, цепочки.
- Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.
- Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

### **Танцевальные элементы и композиции**

- Танцевальный шаг (шаг с носка).
- Бег на полупальцах.
- Прыжки.
- Па галопа.
- Па польки на месте сначала без прыжка, с продвижением вперед, назад, полька по кругу

в сочетании с галопом, подскоками и т.д., полька по одному, парами.

- Элементы движений и танцевальные этюды русского, украинского, белорусского и литовского танцев.
- Движения и танцевальные композиции, запланированные к постановке.
- Хлопки в различных ритмических рисунках.
- Хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков).
- Присядки (для мальчиков).
- Вертушки (для девочек).
- Танцы и хореографические композиции, согласно репертуарного плана

#### **IV год обучения**

Занятия на этом этапе обучения значительно усложняются.

Наиболее существенной частью занятий становится танцевальная подготовка детей. В это время дети проявляют достаточную организованность, их движения становятся более точными, выразительными. Занятия в кружке проводят так, чтобы развить у детей основные танцевальные навыки и помочь им понять и полюбить искусство танца.

Воспитательные задачи остаются в центре внимания руководителя кружка, но выполняются они уже не в плане игровых и организующих упражнений, а в плане подготовки и исполнения танцев.

#### **Упражнения для развития техники танца Урок классического танца**

На втором году обучения изучают новые упражнения классического танца, повторяют предыдущие.

Руки в экзерсисе возле станка, на середине зала открываются во вторую позицию – подготовка на два вступительных аккорда.

В подготовительное положение руки опускаются одновременно с окончанием упражнений.

Все движения у станка исполняются с правой и левой ноги, держась одной рукой за палку:

- Полуприседание (деми-плие) и глубокое приседание (гран-плие) в первой, второй и пятой позициях.
- Вытягивание ноги на носок (батман тандю) крестом из пятой позиции (пятая позиция является основной для всех движений).
- Маленькие броски крестом (пти батман жете).
- Вытягивание ноги на полуприседании (батман фон дю вперед – в сторону – назад).
- Выбрасывание ноги (батман жете) с пятой позиции крестом без пауз на каждый такт.
- Круговое движение ногой (рон де жамб пар терр) вперед – назад (ан деор и ан дедан).
- Маленькие позы: краузе, эффасе, экарте вперед – назад.
- Прыжки вверх с обеих ног (соте) в первой, второй и пятой позициях (лицом к станку).

#### **Урок народно-сценического танца**

- Каблук – носок (батман тандю (носок)), в характере русского танца. Батман тандю с подниманием пятки опорной ноги и вынесением работающей ноги на носок вперед – в сторону – назад.
- Подготовка к веревочке.
- Голубцы лицом к станку держась за палку обеими руками (подготовительное упражнение- ударить ступней одной ноги о другую).

### **Упражнения на середине зала**

- Марш, построение в линии.
- Балансе.
- Скользящий шаг (глиссад).
- Прыжок с ноги на ногу (жете).
- Прыжок с одной ноги на две (ассамбле).
- Па де бурре.
- Пор де бра в положении краузе и эффасе.

### **Ритмические упражнения и игры**

- Ритмико-гимнастические упражнения общеразвивающего плана.
- Упражнения на координацию движения.
- Упражнения на расслабление мышц.

### **Коллективно-порядковые упражнения**

- Совершенствование навыков ходьбы и бега.
- Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.
- Построение в колонну по два.
- Перестроение из колонны парами в колонну по одному.
- Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную.

### **Танцевальные элементы и композиции**

- Повторение элементов танца по программе для старшей группы.
- Тихая ходьба, высокий шаг, мягкий пружинящий шаг.
- Пскоки с ноги на ногу, легкие подскоки.
- Переменные притопы.
- Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.
- Хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков).
- Элементы русской пляски.
- Элементы татарской пляски.
- Движения парами.
- Выбивание дроби полупальцами и пяткой по полу.
- Присядки (для мальчиков).
- Вертушки (для девочек).
- Танцы и хореографические композиции согласно репертуарного плана

### **Используемая литература**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
6. Гольдшмидт Э. «Пособие по немецкому танцу»,
7. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
8. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград:Учитель, 2008)
9. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)

10. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
11. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
12. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)
12. Шишкина-Фишер Е.М. «Немецкие народные танцы и песни»

Учебно-методический комплекс.

1. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». (-Киев:МузичнаУкраїна, 1985)
2. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)
3. Т. А. Затыкина, Л. В. Стрелетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (-М.: Издательство «Глобус», 2009)
4. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008)
5. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие». (- СПб.: Детство-пресс, 2001)