

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида № 9 «Солнышко» муниципального  
образования город-курорт Геленджик**

**УТВЕРЖДЕНО**  
решением педсовета,  
протокол № 4  
от «18» февраля 2019г.

**СОГЛАСОВАНО**  
заведующий МБДОУ д/с № 9  
«Солнышко»  
МО г-к Геленджик  
\_\_\_\_\_  
О.А.Устинова

**Рабочая программа  
«Танцевальный калейдоскоп»  
по обучению хореографии для детей 3-4 года**

**Составитель программы:**  
Иванова К.С.

Геленджик  
2019 г.

## Пояснительная записка

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в МБДОУ д/с № 9 «Солнышко», определяется через выбор хореографического направления. Так как данное дошкольное учреждение определяет главным принципом своей педагогической деятельности - нравственно-патриотическое воспитание, то и вся программа строится в основном на обширном изучении русского народного танца, наиболее понятного и доступного детям дошкольникам.

Программа «Танцевальный калейдоскоп» ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

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

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.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое

восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я. Ваганова, Т.А. Устиновой, Т.С. Ткаченко и др.

Программа «Танцевальный калейдоскоп» рассчитана на 1 год обучения (сентябрь-май) и рекомендуется для занятий детей с 3 до 4 лет. Занятия проводятся в младшей группе 2 раза в неделю. Длительность занятий – 15 мин. наполняемость группы – 12 человек. Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (*сентябрь*), итоговая (*май*).

Цель – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

#### **Задачи:**

- 1) обучающая — научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- 2) развивающая – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;
- 3) воспитывающая - воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в пар.

### **Содержание программы**

#### **1. Вводное занятие.**

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился

танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (*танцевальная форма, обувь*).

## 2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? П.э. — это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

## 3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (*такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.*), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

## 4. Упражнения для разминки.

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

## 5. Народный танец.

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

актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность.

#### 6. Классический танец.

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

#### 7. Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

## Тематический план

Младшая группа (занятия проводятся 2 раза в неделю, продолжительность – 15 минут)

Тематическое планирование.

1. *Вводное занятие.*
2. *Партерная гимнастика:*

- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра
- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.

### 3. *Упражнения на ориентировку в пространстве:*

- игра «Найди свое место»
- простейшие построения: линия колонка
- простейшие перестроения: круг
- сужение круга, расширение круга
- интервал
- различие правой, левой руки, ноги, плеча
- повороты вправо, влево
- пространственное ощущение точек зала (1, 3, 5, 7)
- движение по линии танца, против линии танца.

### 4. *Упражнения для разминки:*

- повороты головы направо, налево
- наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»
- наклоны корпуса назад, вперед, в сторону
- движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»
- повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед
- повороты плеч с одновременным полуприседанием
- движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх
- прыжки поочередно на правой и левой ноге
- простой бег (ноги забрасываются назад)
- «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра)
- «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра)

- прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без
- бег на месте и с продвижением вперед и назад.

#### 5. Классический танец.

1. Постановка корпуса.
2. Положения и движения рук:

- подготовительная позиция
- позиции рук (1, 2, 3)
- постановка кисти
- отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца
- раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению

3. Положения и движения ног:

- позиции ног (выворотные 1, 2, 3)
- demi plie (по 1 позиции)
- releve (по 6 позиции)
- sotte (по 6 позиции)
- легкий бег на полупальцах
- танцевальный шаг
- танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции)
- перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu)
- реверанс для девочек, поклон для мальчиков.

4. Танцевальные комбинации.

#### 6. Народный танец.

1. Положения и движения рук:

- подготовка к началу движения (ладошка на талии)
- хлопки в ладоши
- взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.)
- положение «полочка» (руки перед грудью)
- положение «лодочка».

2. Положения и движения ног:

- позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая)
- простой бытовой шаг
- «Пружинка» - маленькое тройное приседание (по 6 позиции)
- «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса
- притоп простой, двойной, тройной

- ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами
- простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции
- простой приставной шаг с притопом
- поднятие и опускание ноги согнутой в колене, вперед (*с фиксацией и без*)
- приставной шаг с приседанием
- приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (*положение рук «полочка», наклон по ходу движения*)
- приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота
- приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (*против хода движения*).

3. Танцевальные комбинации.

7. Танцевальные этюды, танцы:

- сюжетный танец «Радость».

8. Подготовка к итоговому контрольному занятию.

9. Итоговое контрольное занятие.

10. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.

Итого: 72-73 занятия

### Список литературы:

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
3. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.
4. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.
5. Богданов Г. урок русского народного танца. – М., 1995.
6. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца. – М., 1959.
7. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.
8. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.
9. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.