

УТВЕРЖДАЮ.

Директор школы



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дополнительного образования
для детей дошкольного возраста

«Хореография» (индивидуально)

Москва

2023 год

Дополнительная образовательная программа по хореографии составлена с учетом ФГОС Методы обучения, используемые в работе, соответствуют возрастным особенностям ребенка и не дублируют основную образовательную программу детского сада.

Планируемые результаты:

Дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку. 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). Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

Содержание образовательной работы :

Дополнительная образовательная программа по хореографии составлена с учетом ФГОС ДО. Методы обучения, используемые в работе, соответствуют возрастным особенностям ребенка и не дублируют основную образовательную программу детского сада.

Раздел «Ритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Гимнастика» служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят строевые, общеразвивающие, а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные.

Раздел «Танцы» направлен на формирование у детей танцевальных движений. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического.

Раздел «Музыкально – ритмическая композиция» направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образнотанцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершённость. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

Раздел «Пальчиковая гимнастика» служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения обогащают внутренний мир ребёнка. Оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

Основные педагогические принципы.

1. **Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок.** Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты
2. **Систематичность.** Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.
3. **Вариативность.** Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.
4. **Наглядность.** Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.
5. **Доступность.** Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.
6. **Закрепление навыков.** Это выполнение упражнений на повторных НОД и в домашних условиях.
7. **Индивидуализация.** Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

Тематическое планирование:

Тематический план работы студии «Хореография»

1 раз в неделю всего 36ч. в учебном году

№ п/п	Тема	Кол-во
Сентябрь		
1	Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Форма одежды.	1
2	«Знакомство с танцем» Поклон. Разминка. Повторно - обобщающий урок. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног.	1
3	Поклон. Разминка. «Маршируем дружно», сценический бег по кругу, в круг, из круга. Пробудить интерес к занятиям.	1
4	Изучение танцевального шага с носка. Маршировка. Изучения и постановка танца. «Танец грибочков»	1
Октябрь		

Частное общеобразовательное учреждение «Лотос»

1	Разминка «Ходим - бегаем». Пробудить интерес к занятиям. Изучение танцевального шага с носка, гусиный шаг, шаг на носок, бег.	1
2	Поклон, разминка. Танец осенних листочков.	1
3	Разучивание движений с рисунком танца. Дети учатся ориентироваться на сцене.	1
4	Пальчиковые игры. Развивать ручную умелость, мелкую моторику и координацию движений рук.	1
Ноябрь		
1	Формирование правильно ориентироваться в пространстве. Упражнения для пластики рук. Упражнения на ковриках.	1
2	Умение правильно ориентироваться в пространстве. Совершенствование в исполнении выученных движений.	1
3	Веселый тренинг.	1
4	Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный, быстрый, умеренный).	1
Декабрь		
1	Приобретение правильной осанки и положение головы, рук и ног. Изучение танца «Пёсики»	1
2	Поклон, разминка. Гимнастические упражнения на ковриках. «Лягушка», «Бабочка». Отработка выученных движений.	1
3	Танец «Ёлочки» Совершенствование в исполнении выученных движений.	1
4	Танец с новогодними подарками (танец с предметом). Дети учатся работать с предметом во время танца. Совершенствование в исполнении выученных движений.	1
Январь		
1	Веселый тренинг «Птица» «Ходьба» «Качалочка» «Карусель»	1
2	«Узнаем стили» Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный, быстрый, умеренный). Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса	1
3	Пальчиковая гимнастика «Гномики – прачки» «Помощники» «Птички» «Здравствуй» «Колобок» «Паровозик»	1
4	Веселый тренинг «Сидело два медведя» «Велосипед» «Ежик» «Самолет» «Мячик» «Птички»	1
Февраль		
1	Разминка «По тропинке», изучение новых танцевальных движений.	1

Частное общеобразовательное учреждение «Лотос»

2	Изучение танца «Весёлые поросята».	1
3	Поклон, разминка. «Танец зверей»	1
4	Поклон, разминка, маршировка. Гимнастические упражнения.	1
Март		
1	Отработка новых выученных движений. Пальчиковая гимнастика «Тучки» «Лягушата» «Пальчики замерзли»	1
2	Веселый тренинг. Упражнения на ковриках. «Лодочка» «Корзинка»	1
3	Разминка «Мы шагаем» Изучение танцевального шага с носка, переменный шаг, шаг на носок.	1
4	Разминка «Веселая прогулка» Танец с цветами.	1
Апрель		
1	Совершенствование в исполнении выученных движений. Выучивание новых комбинаций.	2
2	Поклон, разминка. Гимнастические упражнения.	2
Май		
1	Развитие ритмопластики движений детей под музыку	2
2	Совершенствование в исполнении выученных движений	1
2	Исполнение выученных движений.	1
ВСЕГО:		36