

## ***Рабочая программа по хореографии «Хореография для детей»***

*Составленная на основе:*

- Программы по ритмической пластике “Ритмическая мозаика” А.И. Бурениной;*
- Методического пособия С.Л.Слуцкой “Танцевальная мозаика”;*
- Программно-методического пособия “Фольклор-музыка-театр” под редакцией С.И.Мерзляковой.*

***Инструктор по физической культуре Сазонтова Е.В.***

*г. Железногорск*

***Цель: Изучение музыкально-ритмических движений и основ хореографического искусства. Развитие творческих способностей детей дошкольного возраста посредством игровой танцевальной деятельности.***

### ***Младший возраст***

***Задачи:***

- Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку;
- Развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
- Обогащение слушательского и двигательного движения в соответствии с музыкально-игровым образом.

### ***Средний возраст***

***Задачи:***

- Развитие гибкости, пластичности, мягкости движений;
- Воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству;
- Формирование интереса к элементам классического экзерсиса;
- Формирование умения слушать музыку, понимать настроение, ее характер.

### ***Старший возраст***

***Задачи:***

- Развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений;
- Формирование умения импровизировать под незнакомую музыку;
- Формирование адекватной оценки и самооценки;
- Развитие интереса к хореографическому искусству;
- Формирование интереса к выполнению элементов классического экзерсиса;
- Совершенствование умения чувствовать характер музыки, передача его танцевальными средствами;
- Развитие индивидуального исполнительского мастерства в танцах.

### ***Подготовительная к школе группа***

***Задачи:***

- Укрепление психического и физического здоровья (формирование правильной осанки, походки, снижение психологического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения);
- Поддержание увлечения занятиями музыкой и ритмикой;
- Развитие художественно-творческих способностей;
- Совершенствование интереса к хореографическому искусству;
- Совершенствование умения слушать и повторять за педагогом элементы танцев, с последующим самостоятельным показом;
- Формирование умения импровизировать под музыку, развитие способности к анализу, самооценке при выполнении движений;

- Воспитание организованности, заботливого отношения друг к другу, желание объединяться для коллективных композиций.

## ***Планируемые результаты(младший возраст)***

*Выполняет основные виды движений:*

- Ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках;
- Бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ (бабочки, птички, ручейки);
- Прыжковые движения – на двух ногах и на месте, с продвижением вперед, прямой галоп (лошадки), подскоки;

*Общеразвивающие упражнения* на различные группы мышц и различный характер, способ движения (махи, пружинка); упражнения на гибкость, плавность движений;

*Имитационные движения* – разнообразные образно-игровые движения (веселый, трусливый зайчик, хитрая лиса, усталая старушка, бравый солдат), передача динамики настроения (обида-прощение-радость).

*Плясовые движения* - элементы народных плясок (поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой, “выбрасывание ” ног, полуприседания и полуприсядка(для мальчиков), упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные).

*Умеет ориентироваться в пространстве:* самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

*Танцевальные постановки:*

*1-е полугодие* – “Плюшевый медвежонок”, “Веселые путешественники”, “Рыбачок”, “Чебурашка”, “Маленький танец”, игра “Птички и Ворона” и др.

*2-е полугодие* - “Неваляшки”, “Едем в гости к бабушке”, “Кузнечик”, “Разноцветная игра”, “Лошадки”, “Белочка” и др.

Танцевальные композиции зависят от времени года, выбранной тематики праздников и мероприятий.

## ***Календарный план по хореографии (младший возраст)***

*Сентябрь – октябрь*

1. Позиции ног: VI
2. Позиции рук: подготовительная, I,II, III, на поясе, за юбочку
3. Марш по кругу с выбрасыванием ног вперед, с подниманием коленей вверх, ходьба на носках, на пятках
4. Хлопки в ладоши в различных комбинациях
5. Партерная растяжка

*Ноябрь – декабрь*

1. Позиции ног: VI
2. Позиции рук: подготовительная, I,II, III, на поясе, за юбочку, лодочка
3. Марш по кругу с выбрасыванием ног вперед, с подниманием коленей вверх, ходьба на четвереньках
4. Бег по кругу на полупальцах

5. “Пружинка”, “каблучок”
6. Образность движений: ежик, лисичка, петушок, медведь, бабочка, птичка, ручеек, зайчик

*Январь – февраль*

1. Позиции ног: VI
2. Позиции рук: подготовительная, I, II, III, на поясе, за юбочку, лодочка
3. Кружение в парах, руки “ лодочкой”
4. “Пружинка”, “каблучок”
5. Танцевальные шаги: дробный шаг, кошачий шаг, едет паровоз, поочередное выставление ноги на пятку
6. Движение по кругу в парах, “ лошадки”

*Март – апрель*

1. Позиции ног: VI
2. Позиции рук: подготовительная, I, II, III, на поясе, за юбочку, лодочка
3. Танцевальные ходы по кругу (бег, марш, топотушки), подскоки
4. Прыжки на месте с продвижением
5. Образность движений (часики, буратино)

*Май*

1. Повторять и закреплять приобретенные навыки
2. На основе пройденного материала составляются танцевальные композиции

***Планируемые результаты (средний возраст)***

*Выполняет основные виды движений:*

- Ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках;
- Бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ (бабочки, птички, ручейки);
- Прыжковые движения – на двух ногах и на месте, с продвижением вперед, прямой галоп (лошадки), подскоки.

*Общеразвивающие упражнения* на различные группы мышц и различный характер, способ движения (махи, пружинка); упражнения на гибкость, плавность движений;

*Имитационные движения* – разнообразные образно-игровые движения (веселый, трусливый зайчик, хитрая лиса, усталая старушка, бравый солдат), передача динамики настроения (обида-прощение-радость). Уметь передавать динамику настроения (обида-прощение-радость).

*Плясовые движения* - элементы народных плясок (поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой, “выбрасывание ” ног, полуприседания и полуприсядка (для мальчиков), упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные).

*Умеет ориентироваться в пространстве:* самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

*Танцевальные постановки:*

1-е полугодие – повторение пройденного материала, разучивание новых композиций: “Марш”, “Кораблики”, “Красная шапочка”, “Кот Леопольд”, “Поросята” и др.

2-е полугодие – “Антошка”, “Волшебный цветок”, “Мячик”, “Кошка и девочка”, “Веселая пастушка”, “Песенка о лете”, а также повторение всех ранее разученных композиций.

Танцевальные композиции зависят от времени года, выбранной тематики праздников и мероприятий.

***Календарный план по хореографии (средний возраст)***

*Сентябрь – октябрь-ноябрь*

1. Позиции ног: I позиция естественная, VI позиция ног
2. Позиции рук: подготовительная, I, II, III – I portdebras, руки на талии, в кулачках, руки за юбочку, руки за спину
3. Battement tendu по VI позиции ног
4. Трамплинные прыжки по I позиции ног
5. «Петушок», подготовка корпуса к portdebras
6. Танцевальные шаги по кругу: спокойная ходьба, приставной шаг без смены ноги
7. Корректирующие и вспомогательные упражнения

Танцевальные образы: «лесные животные», «морские животные»

Танцевальные композиции: «кузнечик», «разноцветная игра», «в цирке», «в лесу», «на берегу моря».

*Декабрь-январь-февраль*

1. Позиции ног: I, II, III, VI
2. Позиции рук
3. Demiplié по I позиции ног
4. Battement tendu из I позиции ног по 2 крестом
5. Releve по VI, I естественной позиции ног
6. Templeve (прыжки на одной ноге) из I, II позиций
7. Покачивания с руками, без рук, с предметами
8. Притопы на месте, в продвижении
9. Хлопки: «ладушки», «блинчики»
10. Руки в парах: «качель маленькая», «бантик», «вертушка», «лодочка»
11. Прыжки на одной ноге: «точка», «часики», «лесенка»

Танцевальные образы: «зимние забавы», «что зимой бывает», «белочка»

Танцевальные композиции: «хоровод», «я вечер», «младшенька», «русский перепляс», «топотушки»

### *Март-апрель-май*

1. Позиции рук I, II, III, подготовительная
2. Позиции ног I, II, III, IV
3. Танцевальные шаги: боковой приставной шаг, шаг на носках, подскоки, прямой галоп, выполнять танцевальный бег с предметами (ленточками, «султанчиками»)
4. Battement tendu (носок, каблук)
5. Templeve по 2 в I, II позиции
6. Demiplie по 2 по I позиции ног
7. Battement tendu по 2 крестиком из I позиции ног
8. «Пружинка», «ковырялочка»
9. Прыжки на двух ногах: «поскок», «подскок»
10. Использование разученных танцевальных движений в танцах, в танцевальных композициях
11. Корректирующие и вспомогательные упражнения
12. Повторение и закрепление пройденного материала
13. Выразительное исполнение движений

Танцевальные образы: «мои любимые игрушки», «бабочка», «мартышка», «в море», «в космосе», «у ручья»

Танцевальные композиции: «море», «космос», «бабочки и цветы», «пчелки».

### ***Планируемые результаты (старший возраст)***

*Выполняет основные виды движений:*

- Ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), «с каблук», с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным шагом», с ускорением и замедлением;
- Бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, высокий, широкий, острый, пружинящий бег;
- Прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой, боковой)

*Общеразвивающие упражнения* на различные группы мышц и различный характер; упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

*Имитационные движения* – разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый», «трусливый», «хитрая», т.д.), динамику настроений, ощущение тяжести и легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе», т.д.

Плясовые движения – элементы народных плясок, детского бального танца, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, разнонаправленные движения для рук и ног, циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом.

*Умеет ориентироваться в пространстве:* самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль»).

*Танцевальные постановки:*

1-е полугодие – повторение ранее изученного материала; “Упражнения с осенними листьями”, “Кремена”, “Три поросенка”, “Кукляндия”, “Упражнение с обручами”, “Светит месяц”, “Танцуйте сидя”, “Крокодил Гена” и др.

2-е полугодие – “Красный сарафан”, “Полкис”, “Месяц и звезды”, “Два барана”, “Птичка польку танцевала”, “Птичий двор”, “Цирковые лошадки”, “Голубая вода”, “Мельница”.

Сюжетные танцы: “Домисолька”, “Богатыри”, “Танец троллей”.

Старинные бальные танцы: “Полонез”, “Менуэт”, “Старинная полька”.

Танцевальные композиции зависят от времени года, выбранной тематики праздников и мероприятий.

### ***Календарный план по хореографии (старший возраст)***

*Сентябрь – октябрь-ноябрь*

*Классический танец:*

1. Положение en face
2. Подготовительное положение рук I, III, II
3. Повороты головы
4. Изгибы корпуса: назад, крестом, круговые движения
5. Relevepo I, II позиции ног
6. Demiplier по I, II, позиции ног
7. Battementendu по I, II позиции в сторону
8. Прыжки: templevepo 2 в I, II позиции ног

*Бальный и историко-бытовой танец:*

1. Шаг бытовой и легкий танцевальный
2. Определение направлений: по диагонали, по кругу, в парах, различные перестроения
3. Элементы танца «Ку–ка–ре–ку»
4. Композиция танца «Ку–ка–ре–ку»
5. Разучивание танца «Хлопушки»

*Народно-сценический танец:*

1. Поклон
2. Положение рук
3. Ходы и основные движения: простой ход
4. Руки раскрыты в стороны
5. Боковой ход «гармошка»



Танцевальные образы: «капля», «лист», «птица», «загадки об осени»

Танцевальные композиции: «Ку–ка–ре–ку», «Хлопушки», «Осень», «Антошка», «остров обезьян»

### *Декабрь-январь-февраль*

*Классический танец:*

1. Постановка корпуса (ноги в свободном положении)
2. Preparation (подготовительное положение рук, II позиция рук)
3. Позиции ног I, II (при относительной выворотности), III
4. Постановка корпуса в I-II позиции, III позиции
5. Demiplié в I позиции, II позиции ног
6. Battementtendu в I позиции крестом по 2
7. Прыжки: templevepo 2 в I, II позиции ног, rasemboite(последовательный переход с ноги на ногу на полупальцах на 25°с продвижением)

*Бальный и историко-бытовой танец:*

1. Положение партнеров: лицом в разных направлениях
2. Простые шаги с выносом ноги на каблук, шаги в повороте, «противоход»
3. Pas галопа
4. Pas польки (в раскладке)
5. Композиция танца «Прогулка» (со сменой партнера)
6. Разучивание элементов танца «О-па-па»
7. Композиция танца «О-па-па»
8. Вспомогательные и корригирующие упражнения

*Народно-сценический танец:*

1. Положение рук в парах
2. Движение рук с платком (девочки)
3. Переменный ход
4. Battementtendu с переходом ноги с носка на каблук
5. Боковой шаг и шаркающий шаг
6. Шаги с подскоком, галоп

Танцевальные образы: «щелкунчик», «метель», «снежинки», «снегопад»

Танцевальные композиции: «Вальс снежных хлопьев», «Снегопад и вьюга», «Новогодние игрушки», «Мари и принц»

### *Март-апрель-май*

*Классический танец:*

#### *Экзерсис на середине зала*

1. Passerarterre из I позиции вперед, назад
2. Перегиб корпуса назад
3. Demiplié по I, II позиции ног
4. Подготовка кBattementtendujetев сторону
5. Releve на полупальцахIпозиции ног, VI позиции ног

6. Allegro: temprondejambearterreendehorendedans (движение ноги назад – в сторону - вперед, вперед - в сторону)
7. Прыжки: soteпо Iпозиции, по квадрату. Templeveпо I, IIпозиции ног

*Бальный и историко-бытовой танец:*

1. Pas польки
2. Падеграс
3. Разучивание упражнений в построении колоннами в шахматном порядке
4. Элементы танца «Берлинская полька»
5. Pas полонеза
6. Композиция падеграса
7. Композиция «Берлинской польки»
8. Повторение пройденного материала

*Народно-сценический танец:*

1. Каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во всех направлениях
2. «Ковырялочка» (в раскладке)
3. «Моталочка»
4. Хлопушки и хлопки для мальчиков: одинарные по бедру и голенищу
5. Упражнения для кистей рук
6. Подготовка к дробям
7. Элементы узбекского танца: переводы рук со щелчками, переводы из стороны в сторону
8. Повторение пройденного материала

Танцевальные образы: персонажи сказок, «бабочки», «цветочки», «ручейки», «весенняя капель»

Танцевальные композиции: «Веселый хоровод», «Мы к солнышку идем», «Бал игрушек»

### ***Планируемые результаты (подготовительная к школе группа)***

*Выполняет основные виды движений:*

- Ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), «с каблучка», с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным шагом», с ускорением и замедлением;
- Бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, высокий, широкий, острый, пружинящий бег;
- Прыжковые движения – разнообразные сочетания прыжков на одной и на двух ногах, с продвижением вперед, различные виды галопа, подскоков («легкий», «сильный»).

*Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер; способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность);*

Упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног, с предметами и без них.

*Имитационные движения* – разнообразные образно-игровые движения, жесты, раскрывающие понятный детям образ, динамику настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях).  
*Плясовые движения* – элементы народных плясок, детского бального танца, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, разнонаправленные движения для рук и ног, циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, шаг с каблука, вальсовый шаг.

*Умеет ориентироваться в пространстве:* самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения и уметь их моделировать.

Повторение пройденного материала.

Танцевальные композиции:

“Кремена”, “Три поросенка”, “Кукляндия”, “Упражнение с обручами”, “Светит месяц”, “Танцуйте сидя”, “Крокодил Гена”, “Парный танец”, “Сиртаки”, “Турецкий марш”, “Красный сарафан”, “Полкис”, “Месяц и звезды”, “Два барана”, “Птичка польку танцевала”, “Птичий двор”, “Цирковые лошадки”, “Голубая вода”, “Мельница”, “Осенний парк”, “Дети и природа”, “Какадурчик”, “Танец солдатиков и кукол”, “Танец цветов и бабочек”.

Танцевальные композиции зависят от времени года, выбранной тематики праздников и мероприятий.

### ***Календарный план по хореографии в подготовительной к школе группе***

*Сентябрь – октябрь-ноябрь*

*Классический танец:*

1. Повторение пройденного материала на первом году обучения
2. Закрепление понятий *endehors, endedans*,
3. Переход рук из одной позиции в другую
4. Наклоны головы
5. *Templevesauté* во II позиции, III позиции
6. *Demi pliev* во II позиции, I позиции
7. *Battement tendu* и *demi pliev* I позиции (в сторону)
8. *Battement tendu* крестом из I позиции ног по 2
9. *Battement jeté* во I позиции (в сторону)
10. Положение *epaulement*
11. *Relevé* I, II позиции ног
12. Упражнения для рук на координацию

*Бальный и историко-бытовой танец:*

1. Танцевальные комбинации соло и в паре, состоящие из разученных ранее шагов
2. Разучивание элементов современного бального танца «Смени пару»
3. Композиция танца «Смени пару»
4. Pas releve
5. Реверансы
6. Элементы польки
7. Композиция танца «Полька тройками»
8. Повторение и закрепление пройденного материала
9. Вспомогательные и корригирующие упражнения

*Народно-сценический танец:*

1. Demiplié (резкое) в невыворотных позициях
2. Изучение элементов русского танца: поклоны, простой дробный ход, движения рук
3. Ходы и основные движения русского танца: боковой шаг с отбрасыванием ног назад, «ковырялочка»

Танцевальные образы: мои превращения (то, что в небе; то, что на земле; то, что вокруг и возле меня)

Танцевальные композиции: «Давным-давно», «Пони», «Кузнечик», «Разноцветная игра», «В лесу»

*Декабрь-январь-февраль*

*Классический танец:*

1. Demiplié по III позиции
2. Battement tendu в III позиции (в сторону)
3. Demi rond de jambe pas terre en dehors, en dedans
4. Battement tendu jete в I позиции (вперед) из I позиции ног
5. Port de bras – упражнения для рук, упражнения для рук на координацию
6. Allegro: pas chapeau в II позицию
7. Battement tendu в III позиции (вперед)
8. Battement jete в I позиции (назад)
9. Pas couru (мелкий бег по кругу, по диагонали)
10. Понятие рабочей, опорной ноги
11. Корригирующие упражнения для развития танцевального шага

*Бальный и историко-бытовой танец:*

1. Pas degage
2. Элементы танца «Бранль», композиция
3. Элементы «Веселая пара»
4. Композиция танца «Веселая пара»

*Народно-сценический танец:*

1. Demiplié (плавное, резкое) в относительно выворотных позициях

2. Battementtendus работой пятки опорной ноги
3. Выносение ноги на каблук с работой пятки опорной ноги

Танцевальные образы: метель, снегопад, вьюга, серпантин, конфетти

Танцевальные композиции: «Белая метель», «Гавот», «Хоровод», «Калинка», «Пляска», «Утята», «Ламбада»

### *Март-апрель-май*

#### *Классический танец:*

1. Повторение ранее изученного материала
2. Demiplie по I, II, III позициям
3. Battementtendu в III позиции (назад), крестом из I позиции ног
4. Demi rond de jambe pas terreendehors, endedans
5. Relevelentна 45° (в сторону)
6. Pas balans
7. Passe
8. II port de bras
9. Allegro: temp leveпо II позиции, pas echarpe
10. Pasbalanceиз стороны в сторону
11. Полуповорот в III позиции

#### *Бальный и историко-бытовой танец:*

1. Pas balance (в раскладке)
2. Элементы старинного французского танца-гавота. Композиция
3. Элементы массового бального танца «Греческий хоровод». Композиция
4. Элементы менуэта. Композиция
5. Элементы танца «Вару-вару». Композиция
6. Повторение и закрепление пройденного материала
7. Вспомогательные и корригирующие упражнения

#### *Народно-сценический танец:*

1. Flic-flac(лицом к палке)
2. Простейшие дробные выстукивания
3. Положение рук в массовых русских танцах
4. Боковой ход «припадание»
5. «Молоточки», «Моталочка»
6. Упражнения для мальчиков: разножка, полуприсядка, присядка, «мячик»
7. Хлопки и хлопушки (мальчики)
8. Повторение и закрепление пройденного материала
9. Развернутый танцевальный этюд на материале русского танца

Танцевальные образы: времена года, явления природы, стихия

Танцевальные композиции: «Ветер перемен», «Бабочка», «Стрекоза», «Кузнечик», «Здравствуй, солнышко», «Стирка»