

**ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОШКОЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«АКАДЕМИЯ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ»**

143441, Московская область, Красногорский район,
деревня Путилково, Новотушинская ул., д.8
телефон/факс: +7 (985)319-3333 E-mail: info@academy-for-kids.ru

ПРИНЯТО:

На заседании пед. Совета р.2

«25» января 2019 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий ЧУ ДОО

«Академия для малышей»

Ледовских С.В.

«25» января 2019 г.

Дополнительная общеразвивающая программа

«Спортивно-эстрадный танец

для детей дошкольного возраста»

Возраст обучающихся: 4 -7 лет

Срок реализации: 3 года

Составил:
Педагог допобразования:
Валиева А.А.

МО, Красногорский район, Путилково, 2019

Планируемые результаты:

По окончании обучения занимающиеся дети выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку. Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Выполняют танцевальные движения: поочерёдное выбрасывание ног вперёд в прыжке; приставной шаг с приседанием, с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд; шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

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 завершенность. 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 даёт 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» младший возраст

1 раз в неделю всего 36ч. в учебном году

№ п/п	Тема	Кол-во
Октябрь		
1	«Знакомство с танцем» Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Форма одежды.	1
2	«Знакомство с танцем» Поклон. Разминка. Постановка корпуса, рук, ног и головы.	1
3	Пальчиковая гимнастика. Упражнения на ковриках. Логоритмика.	1
4	Поклон. Разминка. «Хлопки» «Хлопки в ладоши и по коленям» «Маршируем дружно» Пробудить интерес к занятиям.	1
Ноябрь		
1	Разминка «Ходим - бегаем». Пробудить интерес к занятиям. Маршировка друг за другом.	1
2	Поклон, разминка. Игровая «дискотека».	1
3	Топаем быстро, медленно. «Колокольчики»	1
4	Пальчиковые игры. Развивать ручную умелость, мелкую моторику и координацию движений рук.	1
Декабрь		
1	«Паровозик»	1
2	Партерная гимнастика. Игровые упражнения. «Сундучок».	1

3	Веселый тренинг.	1
4	Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный, быстрый, умеренный).	1
Январь		
1	Танец «Снеговички»	1
2	Поклон, разминка.»Снеговички»	1
3	Танец снежинок.	1
4	Танец снежинок.	1
Февраль		
1	Веселый тренинг «Птица» «Ходьба» «Качалочка» «Карусель»	1
2	Танец «Каша варись»	1
3	Пальчиковая гимнастика «Солнышко» «Помощники» «Птички» «Здравствуй» «Колобок» «Паровозик»	1
4	Веселый тренинг «Сидело два медведя» «Велосипед» «Ежик» «Сова» «Мячик» «Птички»	1
Март		
1	Разминка «По тропинке»	1
2	Танец «Весенние цветы»	1
3	Поклон, разминка. Приседания и прыжки.	1
4	Поклон, разминка, маршировка. Гимнастические упражнения.	1
Апрель		
1	Пальчиковая гимнастика «Ежики», «Тучки» «Лягушата» «Пальчики замерзли» Танец – игра «звездочки»	1
2	Веселый тренинг – Комплекс с мячом «Кручу-кручу»	1
3	Разминка «Мы шагаем» (быстро, медленно)	1
4	Разминка «Веселая прогулка» Танец с ленточками.	1
Май		
1	«Хлопаем и топаем»	2
2	Поклон, разминка. Гимнастические упражнения.	2
3	Развитие ритмопластики движений детей под музыку	1
4	Повторение основных движений.	1
5	Исполнение выученных движений.	2
ВСЕГО:		36

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 завершенность. 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.

АКАДЕМИЯ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ

Тематическое планирование:
Тематический план работы студии «Хореография» средний возраст
 1 раз в неделю всего 36ч. в учебном году

№ п/п	Тема	Кол-во
Октябрь		
1	Основные правила поведение 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
Ноябрь		
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
Декабрь		
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
Январь		
1	Приобретение правильной осанки и положение головы, рук и ног. Изучение танца «Зима»	1
2	Поклон, разминка. Гимнастические упражнения на ковриках. «Лягушка», «Бабочка». Отработка выученных движений.	1
3	Танец «Баба-яга» Совершенствование в исполнении выученных движений.	1
4	Танец с новогодними подарками (танец с предметом). Дети учатся работать с предметом во время танца.	1

	Совершенствование в исполнении выученных движений.	
Февраль		
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» «Сова»	1
4	Веселый тренинг «Сидело два медведя» «Велосипед» «Ежик» «Море волнуется» «Мячик» «Птички»	1
Март		
1	Разминка «По тропинке», изучение новых танцевальных движений.	1
2	Изучение танца «Цветы».	1
3	Поклон, разминка. «Танец джентельменов»	1
4	Поклон, разминка, маршировка. Гимнастические упражнения.	1
Апрель		
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
Май		
1	Совершенствование в исполнении выученных движений. Выучивание новых комбинаций.	2
2	Поклон, разминка. Гимнастические упражнения.	2
3	Развитие ритмопластики движений детей под музыку	2
4	Совершенствование в исполнении выученных движений	1
5	Исполнение выученных движений.	1
ВСЕГО:		36

Планируемые результаты:

После третьего года обучения занимающиеся 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 программы:

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 даёт 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.

АКАДЕМИЯ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ

Тематическое планирование:

Тематический план работы студии «хореография» старший возраст

2 раз. в неделю всего 72ч. в учебном году

№ п/п	Тема	Кол-во
Октябрь		
1	«Знакомство с танцем» Основные правила поведение в танцевальном зале, правила техники безопасности. Форма одежды.	1
2	«Знакомство с танцем» Поклон. Разминка. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2-я.	2
3	«Что такое танец?» Приобретение правильной осанки и положение головы, рук и ног. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2я, 3-я свободная. Маршировка под музыку. Танцевальные движения.	3
4	Поклон. Разминка. «Хлопки» «Хлопки в ладоши и по коленям» «Маршируем дружно» Пробудить интерес к занятиям.	1
5	Изучение танцевального шага с носка. Маршировка. Изучения и постановка танца. «По лужам»	1
Ноябрь		
1	Разминка «Ходим - бегаем». Пробудить интерес к занятиям. Изучение танцевального шага с носка, переменный шаг, шаг на носок, бег.	2
2	Поклон, разминка. Танец с зонтиками.	3
3	Разучивание движений с рисунком танца. Передавать задорный характер музыки	2
4	Пальчиковые игры. Развивать ручную умелость, мелкую моторику и координацию движений рук.	1
Декабрь		
1	Формирование правильно ориентироваться в пространстве. Упражнения для пластики рук. Поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.	3
2	Умение правильно ориентироваться в пространстве. Совершенствование в исполнении выученных движений.	2
3	Танец «звездочки», «зимушка»	1
4	Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный, быстрый, умеренный).	2

Январь		
1	Приобретение правильной осанки и положение головы, рук и ног. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	2
2	Поклон, разминка. Гимнастические упражнения на ковриках. «Лягушка», «Бабочка».	2
3	Танец «Морячки». Совершенствование в исполнении выученных движений.	2
4	Танец «Весенний бал».. Совершенствование в исполнении выученных движений.	2
Февраль		
1	Веселый тренинг «Птица» «Ходьба» «Море волнуется» «Карусель»	2
2	Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный, быстрый, умеренный). Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса	2
3	Пальчиковая гимнастика «Гномики – прачки» «Помощники» «Птички» «Здравствуй» «Колобок» «Паровозик»	2
4	Игра на внимание.	2
Март		
1	Разминка «По тропинке»	2
2	Азбука движения «Упражнение с цветами» «Упражнение с платочком» «Упражнения для корпуса «Неваляшки» «Подъемный кран» «Топающий шаг»	2
3	Поклон, разминка. «Выставление ноги на носок» «Выставление ноги на каблук»	2
4	Танец с мамами.	3
Апрель		
1	Пальчиковая гимнастика «Тучки» «Лягушата» «Пальчики замерзли»	2
2	Танец – игра «Лягушата»	1
3	Веселый тренинг – Комплекс с мячом «Кручу-кручу»	2
4	Разминка «Мы шагаем» Изучение танцевального шага с носка, переменный шаг, шаг на носок.	2
5	Разминка «Веселая прогулка» Танец с помпонами.	2
Май		
1	Совершенствование в исполнении выученных движений. Выучивание новых комбинаций.	4

2	Поклон, разминка. Гимнастические упражнения.	4
3	Развитие ритмопластики движений детей под музыку	2
4	Совершенствование в исполнении выученных движений	2
5	Исполнение выученных движений.	2
ВСЕГО:		72

АКАДЕМИЯ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ