

Хореография для детей 4-5 лет школы

«Азбука»

ПРОГРАММА

1. Вводное занятие.

Знакомство с залом, инструктаж по ТБ, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях.

2. «Ее Величество Музыка!»

Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями.

Задачи:

- Воспитывать у детей умение слушать музыку.
- Учить воспринимать и оценивать музыку.
- Развивать умение организовать свои действия под музыку.

Содержание:

Характер музыкального произведения. Узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение этого в эмоциях, движениях: «Зайка», «Птички», «Мишенька-медведь», «Барабан», «Лошадки». Творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную: «Веселый и грустный зайка», «Чебурашка». Создание заданного образа: воробей весело перелетает с ветки на ветку, раненый воробей, котик заболел, котик играет, игры «Жуки и бабочки», «Большая птица и маленькие птички». Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный). Слушая музыку, определить ее темп (в движении). Творческое задание: изобразить зайку, мышку, лисичку, медведя. Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами. Динамические оттенки (громко, тихо). Слушая музыку, определить динамические оттенки (в движении). Творческое задание: изобразить хлопками (или пальчиками) дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо). Игра «Тихо и громко». Ритмический рисунок. Воспроизведение хлопками и притопыванием простого ритмического рисунка (быстро и медленно). Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам. Строение музыкального произведения (вступление, часть). Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения. Игра «Побегаем, походим». На примере изучаемых танцевальных этюдов учить самостоятельно после вступления.

3. «Играя, танцуем»

Комплекс упражнений игровой ритмики.

Задачи:

- Развивать внимание.
- Развивать координацию движений.
- Развивать зрительную и слуховую память.
- Подготовить детей к исполнению более сложных элементов. Содержание:

Комплексы игровой ритмики «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес», «Веселые путешественники», «Лошадка», «Чебурашка», «Плюшевый медвежонок».

Движения рук («Путаница», «Догонялки», «Жадина»).

Движения ног («Топотушки», «Переходим через лужу»).

4. «Игровой стретчинг».

Задачи:

- Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат.
- Улучшать эластичность мышц и связок.
- Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат.

Содержание:

Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка». Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Рубим дрова», «Горка», «Черепашка», «Веточка», «Гребцы». Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Лисичка», «Часики». Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед». Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Утюжок». Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница», «Ветер, ветерок». Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка». Композиция «Маленький цыпленок»

5. «Азбука танца».

Задачи:

- Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
- Формировать правильную осанку и координацию движений.
- Подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев.

Содержание:

Ходьба: бодрая, спокойная, на носках, топающим шагом, ходьба на четвереньках. Бег: легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»). Прыжки: на двух ногах вместе, с продвижением вперед, прямой галоп («лошадки скачут»). Постановка корпуса. Позиции ног: I-я, VI-я. Подготовка к изучению позиций рук (этюд «Воздушный шар»). Танцевальные положения рук: на поясе, за юбочку, за спиной, на поясе в кулачках. Танцевальные движения: поочередное выставление ноги на пятку, поочередное выставление ноги на носок, пружинки, притопывание одной ногой, притопывание двумя ногами.

6. «Рисунок танца»

Задачи:

- Научить детей ориентироваться в пространстве.
- Научить детей соблюдать интервалы.
- Самостоятельно находить свободное место в зале.
- Перестраиваться в круг.
- Становиться в пары.

Содержание:

Рисунок танца «Круг»: движения по линии танца (игра «Часы»); движение в круг, из круга (игра «Надувала кошка шар»). Игра «Дружно парами гуляем». Свободное размещение в зале (игра «Горошины»). Игра «Клубочек». Игра «Паровозик».

7. «Танцевальное ассорти».

Репетиционно-постановочная работа.

Задачи:

- Научить детей двигаться в соответствии с музыкой.
- Развивать память, актерское мастерство.
- Готовить к концертной деятельности.

Этюды: «Ручеек и цветочки», «Пчелки и цветочки», «Снежинки-пушинки». Танцы: «На птичьем дворе», «Детская полечка», «Приглашение».

8. Итоговые занятия.

Открытые занятия-концерты для родителей и администрации. Промежуточная и итоговая аттестация.