



Утверждено
Директорessler-сала №27 «Ақбота»
Кошкинова Г.М.
Педсовет №1
31.08.2022г

**Перспективный план по вариативному компоненту «Потанцуем вместе»
Группа предшкольной подготовки «Лучики»
2022-2023 учебный год**

Цель:

Воспитания и развития личности воспитанников средствами хореографии.

Задачи:

- Формировать у воспитанников культуру здорового образа жизни.
- Развивать и совершенствовать физические и творческие данные воспитанников.
- Обучать основным элементам пластической гимнастики.
- Знакомить с основами классического, народного, современного танца.
- Воспитывать такие качества личности воспитанников как трудолюбие, выносливость, терпеливость, взаимоуважения, взаимовыручку и. т. д.

Пояснительная записка

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка - это опора танца. Движение и музыка одновременно влияют на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, развивают координацию, слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

№	Тема	Цель	Иструменты	Методы	Кол-во часов
1 1с	Вводное ООД. Техника безопасности.	Познакомить воспитанников с историей танца, его основными стилями и жанрами, рассказать о формах, правилах поведения на занятиях. Развивать интерес к танцевальному искусству. Прививать любовь и уважения к танцу. Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов) Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества воспитанника.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 ссылка 2
2 2с	Ритмическая игра «Пастушок»,	Игра «Найди свое место». Формирования музыкально – ритмической координации движения. Развивать внимание, чувство ритма, память. Воспитывать общую музыкальную культуру Этюд из Якутского танца «Дьизэрэнкэй» (Упражнения на координацию движения) Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 3
3 3с	«Кенгуру точка.ру»	(Упражнения на ритм) Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм (Быстро – медленно, резко – плавно). Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру Комплекс дыхательной гимнастики. Учить правильно, дышать во время движений. Развивать устойчивый интерес к ООД. Воспитывать дисциплину, аккуратность.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 3/1
4 4с	Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики.	Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность. Игра «Лиса», «Мышеловка» Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 5
5 5с	Классический танец в партере знакомить воспитанников с основами классического танца.	развивать силу ног, натянутость стопы, выворотность тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к классическому танцу. Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов) Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества воспитанника.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 ант 1
6 1с	«Паровозик»	(Перестроение по залу дробной дорожкой) Учить ориентироваться в пространстве. Развивать пространственное мышление, внимание. Воспитывать дисциплину, аккуратность. Этюд «Березка» Закреплять полученные навыки ориентировки в пространстве, развивать выразительность, музыкальный слух, память, внимание.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 2

б/б/ка 1970!

7 20	Постановка танца	Якутский танец «Таммахтар» Формировать у воспитанников танцевальных знаний умений и навыков. Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать интерес к танцевальному искусству. Комплекс дыхательной гимнастики. Учить правильно, дышать во время движений. Развивать устойчивый интерес к занятиям. Воспитывать дисциплину, аккуратность.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 3
8 30х	Гимнастические упражнения. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики.	Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность. Игра «Самолеты и бабочки». Уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваясь друг с другом. Двигаться в разных темпах. Тренировка внимания.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 4
9 40х	«Острова»	Классический танец в партере знакомить воспитанников с основами классического танца. Развивать силу ног, натянутость стопы, постановку корпуса выворотность тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к классическому танцу Ритмическая разминка	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 half 1
10	этюд «Танец медведя»	(Упражнения координацию движения) Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру «Статуи» (постановка корпуса, рук, ног) Продолжать знакомить воспитанников с основой классического танца. Развивать гибкость суставов, эластичность мышц, равновесие. Воспитывать интерес к классическому танцу.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 2
11 11х	Постановка танца «Белочки»	«Звонкие колокольчики» Учить воспитанников работать с предметом (колокольчики) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 3
12 11х	«Зайки»	(Прыжковые упражнения) Продолжать знакомить воспитанников с элементами классического танца Allegro (прыжки). Развивать физические данные, силу, натянутость стопы, чувство равновесия. Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов) Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества воспитанника.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 4
13 11х ген	Упражнения на напряжения и расслабления мышц всего тела. Укреплять физическое здоровье воспитанника.	Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитать дисциплину, волевые качества воспитанника. Темповые динамические упражнения Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм. Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 ген 1

14	Постановка танца «Снежинок»	«Вдохновение» Учить детей работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность. «Нитка с иголкой» (Музыкально-пространственные упражнения) Учить ориентироваться в пространстве. Развивать пространственное мышление, внимание. Воспитывать дисциплину, аккуратность.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 2
15	Гимнастические упражнения. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики.	Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление. Игра «Буратино и пьеро». Развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 3
16	Экзерсис на середине зала формировать навыки и умения в области народного танца	(Постановка корпуса). Развивать правильную постановку корпуса, равновесие. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 4
17	Ритмическая разминка	«Веселая карусель» Формировать музыкально - ритмическую координацию движений, развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство ритма. Воспитывать общую музыкальную культуру.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 анн
18	Упражнения на напряжения и расслабления мышц всего тела.	Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитать дисциплину, волевые качества воспитанников.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 2
19	Этюд «Незнайка»	(Упражнения на координацию движения) Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 3
20	Постановка танца Якутский танец «Алаас оболоро»	Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность. Игра импровизация на заданную тему «Создаем характеры» (работа над мимикой лица) Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 4
21	Гимнастические позы. Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики.	Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление. Игра «Тюльпан». Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 анн

3957

4247 93

8407 155 4388

105

22	Экзерсис на середине зала формировать навыки и умения в области народного танца	(Позиции рук и ног). Развивать правильную постановку позиций рук. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям. Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов) Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества воспитанника.			1 2
23	Изоляция отдельных частей тела формировать представление детей о современном танце.	Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества воспитанника.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 3
24	Этюд «Колокольчики»	(Упражнения на ритм) Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм (Быстро – медленно, резко – плавно). Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 4
25	«Капель»	Учить детей работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину,аккуратность. Комплекс дыхательной гимнастики учить правильно, дышать во время движений. Развивать устойчивый интерес к занятиям. Воспитывать дисциплину, аккуратность.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 испр
26	Гимнастические позы.	Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление. Игра «Штанга». Попеременное напряжение и расслабление мышц плечевого пояса и рук. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 2
27	(Демиплие, батман тандю).	Развивать правильную постановку корпуса позиций рук, ног. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям. Упражнения для позвоночника Формировать представление детей о современном танце. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенок.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 3
28	Координация	(Упражнения для координации движений) Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру.	Лента ,картинки	Объясните, отобразите	1 4

29	Игра «Штанга».	Попеременное напряжение и расслабление мышц плечевого пояса и рук. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 am-1
30	«Салют»	учить воспитанников работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 2
31	Кросс	Формировать представление воспитанников о современном танце. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенок.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 3
32	Гимнастические упражнения.	Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 4
33	Игра «Конкурс лентяез».	Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 1 mai
34	«Шалуны»	Ритмическая разминка Формировать музыкально - ритмическую координацию движений, развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство ритма. Воспитывать общую музыкальную культуру.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 2
35	Повтор всех постановочных танца поднимать уровень танцевального мастерства.	Развивать творческие способности, актерское мастерство, танцевальность. Воспитывать любовь к танцевальному искусству.	Лента, картинки	Объясните, отобразите	1 3
36	Групповые практические занятия по хореографии	Создания праздничного, хорошего, веселого настроения.			1 mai 4