

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад общеразвивающего вида «Солнышко»

Утверждаю
Заведующий Черкашина С.П.
от _____ 2021 года



Принято педсоветом Учреждения
Протокол № _____
от / 6 / сентября 2021 года

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН САМООБРАЗОВАНИЯ
НА 2021-2022 учебный год

«Развитие хореографических навыков у детей среднего дошкольного возраста».

Воспитатель: Черкашина О.И.

2021 год

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад общеразвивающего вида «Солнышко»

Утверждаю: _____
Заведующий Никитина С.П.
от / ____ / _____ 2021года

Принято педсоветом Учреждения
Протокол № _____
от / ____ / _____ 2021года

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН САМООБРАЗОВАНИЯ
НА 2021-2022 учебный год

«Развитие хореографических навыков у детей среднего дошкольного возраста».

Воспитатель: Черкашина О.И.

Этапы работы по самообразованию:

1 этап - Подготовительный

Он включает в себя детальное изучение ситуации по выбранной проблеме, соответствующей научно-методической литературы, определение темы самообразования, составление плана работы, подготовка практического материала.

Формы представления результатов работы:

- предметно- развивающая среда;
- картотеки практического материала;
- план работы с родителями;
- учебно-тематический план

2 этап - Основной

Предполагает внедрение в работу подготовительного материала.

Форма представления результатов:

- проведение мероприятий по теме самообразования.

3 этап - Заключительный

Предполагает самоанализ педагогической деятельности.

Актуальность. Современное понимание проблемы музыкального воспитания детей предполагает вовлечение их в процесс общения с музыкой на основе принципа деятельности и творческой игры.

Детское исполнительство требует определенных тренировочных действий: повторений, упражнений, закреплений. Но самое главное – чтобы дети не теряли интереса к музыкальной деятельности!

Дата начала работы над темой: сентябрь 2021г.

Предполагаемая дата окончания работы: май 2022г.

Цель самообразования:

-Привить интерес дошкольникам к хореографическому искусству, посредством танца

Задачи:

научить детей свободному естественному, и выразительному движению в разных жанрах танца. развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность и точность движений; воспитывать у детей интерес к занятиям хореографии путем создания положительного эмоционального настроя;

Работа с детьми

- конспекты НОД
- картотеку опытов и экспериментов
- учебно-тематический план

Работа с родителями:

- анкетирование
- консультации
- рекомендации
- памятки
- родительское собрание
- круглый стол
- открытый показ

Ожидаемые результаты:

- Раскрытие творческих двигательных способностей;
- Овладение детьми новыми двигательными навыками;
- повышение уровня музыкально-ритмической подготовленности и развития психофизических качеств;
- формирование интереса к занятиям музыкой и танцами, потребности в ежедневной двигательной деятельности;
- формирование моральных, волевых и эстетических качеств детей.

Сентябрь	Подбор методической литературы по данной теме.
Октябрь	Консультации для родителей: «Музыкально- ритмическое воспитание детей раннего возраста» Развлечение «Праздник Осени»
Ноябрь	Развлечение « Хорошо у нас в саду»
Декабрь	Подготовка к Новогодним утренникам Новогодний утренник
Январь	«Играем и поем» вечер музыкальных игр.
Февраль	Подготовка к праздничным концертам
Март	Подготовка к 8 марта
Апрель	Развлечение «Весенняя капель»
Май	Анализ деятельности за год

План работы по самообразованию

Месяц	Тема	Программное содержание	Задачи
Сентябрь		Диагностика танцевального развития	
Октябрь	«Здравствуй, сказка»	<ul style="list-style-type: none"> Приветствие. Основные правила поведения в зале. Маршировка (шаг с носка, перестроения – круг, из большого в маленький и обратно, колонна, круг) Ритмопластика «Буратино и Мальвина» (голова – повороты вправо, влево, наклоны к плечу, корпус – повороты, наклоны в стороны, приседания, приставные шаги в стороны.) Хлопки в ладоши – простые и ритмические. Игры подвижные Постановка танца 	<ul style="list-style-type: none"> Формировать умение ориентироваться в пространстве. Учить перестраиваться из одного рисунка в другой. Развивать навыки координации движений. Совершенствовать исполнение выученных движений. Познакомить детей с темпами музыки (медленный, умеренный, быстрый).
Ноябрь	«В зоопарке»	<ul style="list-style-type: none"> Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад) Перестроения – круг, из большого в маленький и обратно, в колонны по 2,4). Ритмопластика «Я шагаю как...» (голова - прямо, вверх-вниз; упражнения «тик-так»). Упражнения для рук: круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя –поочередно и по одной. Наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево Ритмические хлопки в ладоши. Тройные притопы. «Пружинка» с наклонами головы. Подвижные игры Постановка танца (повтор) 	<ul style="list-style-type: none"> Формировать правильное исполнение танцевальных шагов. Формировать умение ориентироваться в пространстве, перестраиваться из одного рисунка в другой. Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. Обучать новым танцевальным движениям.

Декабрь Январь	«Зимняя сказка»	<ul style="list-style-type: none"> • Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения –круг, две колонны, два круга). • Ритмопластика «Зимние забавы» (голова –повороты в стороны). Плечи, руки– подъем о опускание плеч, движение плечами вперед. Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги –поднимание на полупальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны, вперед. Прыжки –на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. • Подвижные игры • Постановка танца (повтор) 	<p>_Формировать правильную осанку, научить перестраиваться из одного рисунка в другой. Разогреть мышцы. Научить передавать заданный образ.</p> <p>-Развивать чувство ритма.</p> <p>-Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>-Развивать музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта.</p> <p>-Укрепить мышцы спины, живота, формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов.</p>
Февраль	«В коробке с карандашами»	<ul style="list-style-type: none"> • Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах. Шаг с высоким подниманием колен. Перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2,4, диагональ, змейка) • Ритмопластика «Я рисую солнце» (голова – прямо, вверх-вниз, повороты вправо и влево). Упражнение «Улыбнемся себе и другу» - наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево по 6, по 2 позиции ног. Топающий шаг. Галоп, подскоки. Хлопки, притопы в паре, кружение в паре. Выпады. • Подвижные игры • Постановка танца (повтор) 	<p>-Формировать умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>- Разогреть мышцы, учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>-Развивать чувство ритма.</p> <p>- формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p> <p>-Продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).</p> <p>-Формировать умение вытягивать, сокращать стопу.</p>
Март	«Во саду ли в огороде» (элементы русского танца)	<ul style="list-style-type: none"> • Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с ударом, галоп, подскоки, перескоки. Перестроения – круг, колонна, два круга, звездочка, сужение и расширение круга, круг в круге). • Разминка «Ах, вы сени» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки –подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад. Корпус –наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Прыжки –на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Притопы одинарные, двойные, тройные. Полуприсядка. Хлопушки в ладоши, по бедру. «Ковырялочка», «ковырялочка» с 	<p>- Формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>- Разогреть мышцы.</p> <p>-Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>-Научить передавать заданный образ.</p> <p>- Познакомить детей с особенностями русского танца.</p> <p>-Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>-Научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.</p> <p>-Научить строить и</p>

		<p>притопом. Ходы –простой с носка, «елочка», шаркающий шаг.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Партерная гимнастика (упражнения на растяжку ног, мышц спины) • Постановка танца (повтор) 	<p>передвигаться по рисункам танца.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Развить фантазию и воображение, развить координацию. --Формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок.
Апрель	«Приглашение к танцу» (элементы детского бального танца)	<ul style="list-style-type: none"> • Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – круг, змейка, квадрат, колонна, полукруг, две колонны) • Ритмопластика «Раз, два, три, четыре» (голова - ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание. • Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения) • Постановка танца (повтор) 	<ul style="list-style-type: none"> -Формировать правильное исполнение танцевальных шагов. -Формировать умение ориентироваться в пространстве. -Научить перестраиваться из одного рисунка в другой. -Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развивать воображение, фантазию. -Формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок.
Май	«Я хочу танцевать» (элементы эстрадного танца)	<ul style="list-style-type: none"> • Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки. Перестроения –две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат) • Ритмопластика «Я рисую солнце» (голова– ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч –вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги –движения стопами, поднимание на полупальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону) Поклон мальчиков, поклон девочек, приставной шаг балансе, шаг глиссад, покачивание, поворот в паре, кружения. • Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота) • Постановка танца (повтор) 	<ul style="list-style-type: none"> -Формировать правильное исполнение танцевальных шагов. -Разогреть мышцы -Учить правильной осанке при исполнении движений. - Формировать навык хороводного шага. -Научить «чувствовать» пару. - Укрепить здоровье детей.

Практические выходы:

- Изготовление атрибутов к музыкально – ритмической игре
- Отчёт о проделанной работе за учебный год.