

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –  
ДЕТСКИЙ САД № 55  
620142 г. Екатеринбург, ул. Фрунзе, 43-а  
E-mail: [mdou55@eduekb.ru](mailto:mdou55@eduekb.ru)  
Тел. 251 - 41- 66

---

**Принято:**  
на Педагогическом совете  
МБДОУ – детский сад № 55  
Протокол № 1 от 30.08.2023

**УТВЕРЖДЕНО:**  
заведующий  
МБДОУ - детский сад № 55  
Приказ № 74 от 01.09.2023  
У. Ю. Мочуга



## **Дополнительная образовательная программа для детей студии хореографии "Полянка"**

Направленность: художественная  
Срок реализации: 3 года  
Возраст: 4 -7 лет  
Автор-составитель: Черезова А. А.

Екатеринбург 2023

## Содержание:

<b>1. Комплекс основных характеристик программы</b>	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	10
1.3. Содержание программы.....	11
1.4. Планируемые результаты.....	17
<b>2. Комплекс организационно-педагогических условий</b>	
2.1. Условия реализации программы.....	19
2.2. Оценочные материалы.....	22
<b>3. Список литературы.....</b>	<b>25</b>
<b>Приложение (Календарное планирование занятий).....</b>	<b>26</b>

# **I. Комплекс основных характеристик программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

**Направленность общеразвивающей программы:** художественная.

Дополнительная образовательная программа для детей – студия хореографии «Полянка» художественного профиля (далее Программа) направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, на сохранение и укрепление физического здоровья, развитие музыкальных и творческих способностей, психических процессов, нравственно-коммуникативных качеств личности.

Данная Программа аккумулировала все то, что доставляет детям радость, помогает справляться со стрессовыми ситуациями: и игру, и творчество, и общение, и возможность выразить свой внутренний мир. И все это объединено музыкой, которая поднимает настроение, раскрепощает детей. Таким образом, Программа помогает сохранять и укреплять и психическое и физическое здоровье. Программа состоит из множества здоровьесберегающих технологий: самомассажа, упражнений на развитие гибкости, пальчиковой, ритмической и дыхательной гимнастики, музыкальных и подвижных игр. В ней представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика. Так, в танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Он придает процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по Программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

**Актуальность.** Современные дети много времени проводят сидя, мало двигаются и играют на свежем воздухе. Это плохо сказывается не только на физическом, но и на их духовном развитии, снижает тонус их нервной системы, угнетает психическую активность. У физически ослабленных детей, подверженных быстрому утомлению, эмоциональный тонус и настроение снижены. Танцевально - ритмическая гимнастика эффективно и разнонаправленно воздействует на опорно - двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы ребенка. Оказывается, что актуальными проблемами детского здоровья в современном обществе, помимо гиподинамии, о которой речь идет уже не одно десятилетие, являются детские стрессы и детская тревожность. Они могут возникать из-за негативной атмосферы в семье, детском саду, усталости от постоянного нахождения в большом коллективе, так как родители вынуждены находиться на работе с утра до позднего вечера. Тревожность развивается от недостаточной эмоциональной поддержки, от настроения родителей и педагогов на обязательную успешность детей в любом деле, от неумения выразить свои чувства, свой внутренний мир. Дети более чувствительны к стрессам, но и восстанавливаются быстрее. Главное - создать условия, способствующие этому. А что важно для ребенка? Важно, чтобы он чувствовал себя комфортно, защищено, без напряжения, получал положительные эмоции от всего, чем занимается.

Программа ориентирует детей на приобщение к танцевальномузыкальной культуре. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную память.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон РФ №273 - ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014г. № 1726р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г.№ 1155)

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09–3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»
- Письмо Минобразования и науки РФ №06-1844 от 11.12.2006 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобразования и науки РФ № 65/23-16 от 14.03. 2000 г. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Правила оказания платных образовательных услуг, утвержденные постановлением Правительства РФ от 15.08.2013 №706

Программа призвана воспитывать хореографическую культуру и прививать начальные навыки в искусстве танца. Предполагается освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балльных и народных танцев. Воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

К числу **отличительных особенностей Программы** можно отнести использование нетрадиционных видов упражнений (игропластика, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж), поэтапное разучивание танца, формирование у обучающихся умения самостоятельно мыслить, принимать чёткие решения в нестандартных ситуациях (например, при возникновении ошибочных действий).

Программа научно обоснована и направлена на развитие двигательных, творческих, музыкально-танцевальных способностей детей и жизненно необходимых умений и навыков.

**Адресат Программы:** дети дошкольного возраста 4-7 лет. **Наполняемость группы** до 15 человек.

**Особенности возрастных групп детей, которым адресована Программа**

### ***Первый год обучения (4-5 лет)***

Дети имеют определенный круг знаний об окружающей действительности, что способствует самостоятельности мышления, обогащению образного мира. Уровень двигательной деятельности развивается. Движения приобретают очерченный характер, дети способны соединить движения в определенный последовательный ряд. Дети откликаются на разнохарактерные образы в музыке и движении, хорошо чувствуют смену темпа, настроения, но передача ритмического рисунка еще вызывает затруднение. В содержание занятий вводятся упражнения для укрепления всех групп мышц. Продолжается работа над развитием ритмичности и выразительности движений, пространственной ориентации, формирования навыков самостоятельного выбора движений для образно-игровых ситуаций, привычку и потребность к двигательной активности у ребенка, совершенствование нервных процессов детей, организация «школы» движений, обеспечение мотивации к выразительному и эмоциональному исполнению репертуара, этюдов и игр.

### ***Второй год обучения (5-6 лет)***

В этом возрасте следует формировать и развивать навыки общения в паре, самостоятельному использованию опыта музыкально-двигательной деятельности в импровизациях, добиваться целостности в исполнительстве, создавать условия для выражения детьми своего отношения к музыке, движению, партнеру по танцу. Ребенок этого возраста физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями. У него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Возрастает уровень самостоятельности, проявляется потребность в разнообразии тем, характеров, а также индивидуальных проявлений. Улучшается память, элементы творчества проявляются во всех видах деятельности. Это означает, что информацию для детей следует доносить с помощью точной терминологии, акцентировать внимание, что каждое движение имеет начало и окончание, свое настроение, амплитуду, характер, историю.

### ***Третий год обучения (6-7 лет)***

Дети могут самостоятельно импровизировать по предлагаемую музыку, принимать участие в создании хореографических миниатюр и театрализаций, а также заключительного спектакля. Танец – это не только сочетание и последовательность танцевальных элементов, организованных музыкальным материалом, но перед педагогом стоит главная задача – раскрытие посредством хореографии, пластики тела, мимики, жеста образов, подсказываемых музыкой

и задуманных постановщиком танца. Дети с из неисчерпаемой фантазией, обладающие уже навыками владения телом очень часто становятся «соавторами» таких композиций. Танца для дошкольников этого возраста могут быть разными: массовыми и парными, образно-игровыми, сюжетно-ролевыми. Танцем, создаваемым для детей должны быть несложными, понятными и привлекательными, с элементами игр, образами, понятными для детей этого возраста, совершенствования их координации движений, развитию двигательной памяти, эмоционально-волевой сферы и подготовки их психических процессов к школе.

**Объем** общеразвивающей Программы 216 часов.

**Срок освоения** 3 года

Начало занятий ежегодно с 1 сентября, окончание учебного процесса 31 мая. При распределении разделов программы учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности каждой группы, физические возможности и психологические особенности детей. Занятия проводятся в музыкальном зале. Продолжительность занятий соответствует возрастным нормам детей.

**Режим занятий:** Занятия проводятся 2 раза в неделю первый год обучения продолжительность - 20 минут, второй год обучения – 25 минут, 3 год обучения – 30 минут.

Направленность объединения	Возрастная категория	Наполняемость группы	Продолжительность занятия в день	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в год
Художественная	1 год обучения (4-5 лет)	1-15 детей	20 минут	2	72
	2 год обучения (5-6 лет)	1-15 детей	25 минут	2	72
	3 год обучения (6-7 лет)	1-15 детей	30 минут	2	72

**Уровень Программы:** 1-ый и 2 -ой год обучения - **стартовый уровень.**

3 - ий год обучения – **базовый уровень.**

**Форма обучения:** очная.

Наполняемость группы до 15 детей.

**Виды занятий:** практические занятия, открытые занятия.

**Форма подведения результатов:** открытые занятия, творческий отчет. Промежуточная аттестация воспитанников проводится 2 раз в год (в декабре и в мае) в форме открытого занятия для родителей.

Для определения результативности освоения программы разработаны следующие формы:

- журнал посещаемости;
- анкетирование родителей;
- фото и видеосъемка;
- отзывы детей и родителей.
- карта диагностики уровня развития

<b>Объем программы</b>	<b>Форма обучения</b>	<b>Состав групп</b>	<b>Число участников групп</b>
216 часов	Очная	Постоянный, сформирован в группы обучающихся одного возраста	1-15 детей в каждой группе

#### **Алгоритм учебного занятия.**

В структуру занятия входят три части: подготовительная, основная и заключительная. Продолжительность занятия может длиться от 20 до 30 минут в зависимости от возраста детей.

В подготовительной части решаются задачи функциональной подготовки организма детей к предстоящей работе с помощью строевых упражнений, специальных упражнений для согласования движений и музыки, различных видов ходьбы и бега.

В основной части занятия средствами танца решаются задачи общей и специальной направленности, разучиваются специальные танцевальные упражнения, совершенствуется техника и стиль их выполнения, отрабатывается согласованность движений с музыкой.

В заключительной части решаются задачи восстановления сил организма детей после физической нагрузки. Используется спокойная ходьба, упражнения в растягивании и расслаблении мышц, элементы самомассажа, музыкальные игры и творческие задания.

Особенности организации образовательного процесса	Методы обучения и воспитания	Формы организации образовательного процесса	Формы организации учебного занятия	Педагогические технологии
Очно	Объяснительно – иллюстративный (беседа, объяснение, прослушивание музыкального материала, показ); игровой; метод поисковых ситуаций (побуждение детей к творческой и практической деятельности); упражнения; мотивация.	Групповая	Практические занятия, просмотр видео материалов, концерты, праздники.	Здоровьесберегающие технологии (самомассаж, упражнения на развитие гибкости, пальчиковая, ритмическая и дыхательная гимнастика); технология игровой деятельности

## 1.2. Цель и задачи программы

**Основной целью** Программы является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами хореографии.

**Задачи:*****Воспитательные:***

1. Способствовать развитию мышления, воображения, находчивости и познавательной активности, расширению кругозора.
2. Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.
3. Приобщать обучающегося к здоровому образу жизни и гармонии тела.
4. Формировать умение вести себя в группе во время движения, чувство такта, культурные привычки в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

***Развивающие:***

1. Развивать координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость.
2. Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.
3. Развивать творческие способности с помощью заданий на импровизацию, творческих этюдов.
4. Формировать правильную осанку.

***Обучающие:***

1. Формировать навыки выразительности, пластики движений и жестов в танцах, играх, упражнениях.
2. Способствовать овладению навыков самостоятельного выражения движений под музыку.
3. Предоставить возможность эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в играх, упражнениях.

**1.3. Содержание Программы****Учебный (тематический) план**

## 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Знакомство с правилами, атрибутами, элементами	1	1	-	Начальная диагностика уровня подготовки
2	Знакомство с упражнениями под музыку	8	2	6	Практическое выполнение
3	Игровая гимнастика. Развитие осанки, чувства ритма	8	2	6	Практическое выполнение
4	Игропластика Работа по пластике и растяжке на гимнастических ковриках	12	2	10	Выполнение упражнений
5	Танцевально-подвижные игры. Выполнение движений по сюжету	8	2	6	Практическое выполнение
6	Элементы танца. Знакомство с танцами разных народов	7	2	5	Практическое выполнение
7	Рисунок танца. Пространственное ориентирование	8	2	6	Практическое выполнение
8	Танцевальные ритмы. Обучение танцевальным движениям	18	-	18	Практическое выполнение
9	Игра-путешествие. Творческий концерт. (выполнение танцевальных заданий)	2	-	2	Открытый показ
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>13</b>	<b>59</b>	

### Содержание учебного (тематического) плана

#### 1. Вводное занятие

**Теория:** Знакомство, показ и название атрибутов, построения, движений, техника безопасности.

**Практика:** выполнение упражнений элементарных движений, фиксация уровня выполнения.

#### 2. Знакомство с упражнениями под музыку

**Теория:** Знакомство с названиями упражнений, техникой выполнения, терминологией.

**Практика:** Строевые упражнения, образно – двигательные упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметом (погремушки, флажки, платочки). Общеразвивающие упражнения без предмета. Упражнения на укрепление осанки. Имитационно – образные упражнения на осанку «столбик», «палочка». Релаксация.

### 3. Игровая гимнастика

**Теория:** Виды упражнений, техника выполнения, показ и разучивание комплекса.

**Практика:** Танцевально – ритмическая гимнастика султанчиками, «У оленя дом большой». Различие динамики звука. Комбинация в образно – игровых действиях («качалочка», «Буратино», «бревнышко»). Импровизация движений под музыку.

### 4. Игропластика

**Теория:** Техника безопасности, использование оборудования, название элементов.

**Практика:** Выполнение упражнений на гимнастическом коврике. Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа. Развитие мускулатуры, формирование осанки и координации.

### 5. Танцевально-подвижные игры

**Теория:** Знакомство с правилами игр, атрибутами, изучение сюжета.

**Практика:** Выполнение движений в музыкально-подвижных играх («Роботы и звездочки»; «Каравай»; «День – ночь»; «Веселый бубен» и другие) Развивать умение двигаться в соответствии с образом.

### 6. Элементы танцев. Знакомство с танцами разных народов

**Теория:** Знакомство с танцами народов (русский танец, татарский, китайский). Создание образов. Национальные костюмы.

**Практика:** выполнение элементов народных танцев. Передавать настроение танца, колорит.

### 7. Рисунок танца

**Теория:** Изучение простого рисунка танца, просмотр видео материалов

**Практика:** Работа по автоматизации движений. Отработка рисунка, отдельных элементов, тренировка в соблюдении дистанции.

### 8. Танцевальные ритмы

**Практика:** Репетиционная постановочная работа над танцем

## 9. Игра-путешествие. Творческий концерт.

**Практика:** Открытые занятия для родителей и детей детского сада. Показ танцевальных композиций, объединенных одним сюжетом или темой. (Праздник танца, Морское путешествие)

### 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Начальная диагностика уровня подготовки
2	Упражнения под музыку	8	2	6	Практическое выполнение
3	Игровая гимнастика. Развитие осанки, чувства ритма	8	2	6	Практическое выполнение
4	Игропластика, работа по пластике и растяжке на гимнастических ковриках	12	2	10	Выполнение упражнений
5	Танцевально-подвижные игры, выполнение движений по сюжету	8	2	6	Практическое выполнение
6	Элементы танца, знакомство с танцами разных народов	7	2	5	Практическое выполнение
7	Рисунок танца, пространственное представление	8	-	8	Практическое выполнение
8	Танцевальные ритмы, обучение танцевальным движениям	18	-	18	Практическое выполнение
9	Игры-путешествия, творческий концерт, выполнение танцевальных заданий	2	-	2	Открытый показ
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>11</b>	<b>61</b>	

### Содержание учебного (тематического) плана

#### 1. Вводное занятие

**Теория:** Повторение правил, терминологии. просмотр видео материалов

**Практика:** выполнение упражнений элементарных движений, фиксация уровня выполнения.

## **2. Знакомство с упражнениями под музыку**

**Теория:** Техника выполнения различных упражнений, позиции рук и ног, знакомство с терминологией.

**Практика:** Строевые упражнения, образно – двигательные упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметом (мячи, обручи, цветы) и без предмета. Упражнения на укрепление осанки. Хореографические упражнения (поклон для мальчиков, реверанс для девочек). Релаксация.

## **3. Игровая гимнастика**

**Теория:** Виды упражнений, техника выполнения, показ и разучивание комплекса.

**Практика:** Акробатические упражнения - комбинация в образно – игровых действиях «Ванька – встань-ка», «Мальвина – балерина», «солдатик». Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика». Креативная гимнастика. Специальные игровые задания «Художественная галерея». Импровизация движений под музыку.

## **4. Игропластика**

**Теория:** Техника безопасности, использование оборудования, название элементов.

**Практика:** Выполнение упражнений на гимнастическом коврике. Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа. («велосипед», «морская звезда», «орешек», «кобра»). Упражнения для развития гибкости («волшебник», «змея», «котенок», «по-турецки»)

## **5. Танцевально-подвижные игры**

**Теория:** Знакомство с правилами игр, атрибутами, изучение сюжета.

**Практика:** Выполнение движений в музыкально-подвижных играх («Лавата»; «Шел кроль по лесу»; «Горелки»; «Аквариум»; «Золотые ворота») Учить действовать по правилам.

## **6. Элементы танцев. Знакомство с танцами разных народов**

**Теория:** Знакомство с танцами народов (русский народный танец, башкирский, венгерский, белорусский). Знакомство с народным костюмом. Просмотр видео материалов.

**Практика:** выполнение элементов народных танцев. Передавать настроение танца, колорит.

## **7. Рисунок танца**

**Теория:** Изучение рисунка различных танцев, просмотр видео материалов

**Практика:** Работа по автоматизации движений. Отработка рисунка, отдельных элементов, умение двигаться в паре.

### 8. Танцевальные ритмы

**Практика:** Репетиционная постановочная работа над танцем

### 9. Игра-путешествие. Творческий концерт.

**Практика:** Открытые занятия для родителей и детей детского сада. Показ танцевальных композиций, объединенных одним сюжетом или темой. (Праздник танца, «Цветик – семицветик»)

## 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Начальная диагностика уровня подготовки
2	Упражнения под музыку	5	1	4	Практическое выполнение
3	Игровая гимнастика. Развитие осанки, чувства ритма	8	1	7	Практическое выполнение
4	Игропластика, работа по пластике и растяжке на гимнастических ковриках	12	1	11	Выполнение упражнений
5	Танцевально-подвижные игры, выполнение движений по сюжету	4	-	4	Практическое выполнение
6	Элементы танца, знакомство с разным направлением танцев	14	3	11	Практическое выполнение
7	Рисунок танца. Танцевальные композиции.	8	2	6	Практическое выполнение
8	Танцевальные ритмы, обучение танцевальным движениям	18	-	18	Практическое выполнение
9	Игры-путешествия, творческий концерт, выполнение танцевальных заданий	2	-	2	Открытый показ
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>9</b>	<b>63</b>	

## Содержание учебного (тематического) плана

### 1. Вводное занятие

**Теория:** Повторение правил, терминологии. просмотр видео материалов

**Практика:** выполнение заданных движений, фиксация уровня выполнения.

## **2. Знакомство с упражнениями под музыку**

**Теория:** Техника выполнения различных упражнений, позиции рук и ног, закрепление терминологии.

**Практика:** Образно – двигательные упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметом (шарф, лента, гантели) и без предмета. Упражнения на укрепление осанки. Комбинированные упражнения в стойках. дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях.

## **3. Игровая гимнастика**

**Теория:** Виды упражнений, техника выполнения, показ и разучивание комплекса.

**Практика:** Гимнастические этюды по развитию у детей чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой. Акробатические упражнения - вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук. Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка», «Делай как я, делай лучше меня».

## **4. Игропластика**

**Теория:** Техника безопасности, использование оборудования, название элементов.

**Практика:** Выполнение упражнений на гимнастическом коврике. Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа. Упражнения для развития гибкости («бабочка», «звездочка», «рыбка», «лягушка»). Специальные упражнения на развитие мышечной силы «укрепи животик», «укрепи спинку». Специальные упражнения для развития силы мышц («морская звезда», «морской конек», «краб», «дельфин»)

## **5. Танцевально-подвижные игры**

**Практика:** Выполнение движений в музыкально-подвижных играх («Веселые ребята» «Сова»; «Чехарда»; «Горелки»; «Танец сидя»; «Золотые ворота» и другие) Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре, умение выполнять взятую роль.

## **6. Элементы танцев. Знакомство с разными направлениями танцев**

**Теория:** Знакомство с отличительными особенностями, манерой исполнения, ритмом. Просмотр видео материалов.

**Практика:** выполнение элементов различных танцев (Вальс, полька, менуэт, падеграс). Передавать настроение танца, колорит.

## **7. Рисунок танца**

**Теория:** Изучение рисунка различных танцев, просмотр видео материалов.

**Практика:** Работа по автоматизации движений. Отработка рисунка, отдельных элементов, умение двигаться в паре. Комбинации танцевальных шагов

## **8. Танцевальные ритмы**

**Практика:** Репетиционная постановочная работа над танцем («Макарена», «Цветы для мамы», «В ритме польки», «Русский хоровод», «Травушка – муравушка», «Модный рок-н-ролл», «Давай танцуй»)

## **9. Игра-путешествие. Творческий концерт.**

**Практика:** Открытые занятия для родителей и детей детского сада. Показ танцевальных композиций, объединенных одним сюжетом или темой. (Праздник танца, «Музыкальная шкатулка»)

## **Календарно-учебный график**

Количество учебных недель в году – 36.

Количество часов в году – 72

Начало занятий – 1 сентября.

Окончание занятий 31 мая.

Общий курс программы 216 часов

### **1.4. Планируемые результаты**

**Знания и умения, которые должен приобрести обучающийся в процессе освоения Программы.**

#### ***Метапредметные результаты:***

- сформированность чувства прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с хореографическим искусством;
- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- умение продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач;
- формирование умений наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их.

#### ***Личностные результаты:***

- познавательный интерес к хореографическому искусству;
- укрепление здоровья детей;
- снижение уровня заболеваемости;
- изменения отношения детей к сохранению и укреплению своего здоровья;
- повышение интереса к занятиям танцевально-игровой гимнастики;
- благотворное влияние музыки на психосоматическую сферу ребёнка;
- воспитание умения эмоционального выражения, творчества в движении.

### ***Предметные результаты:***

#### *1 год обучения*

Обучающиеся будут знать назначение музыкального и спортивного зала и правила поведения в нем. Научатся ориентироваться в зале. Получат навыки выполнения ритмических танцев и комплексов упражнений под музыку. Овладеют навыками ритмической ходьбы. Научатся хлопать и топать в такт музыки. Расширят представления о музыкально — подвижной игре, смогут представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

#### *2 год обучения*

Обучающиеся будут иметь представление о назначении отдельных упражнений танцевально — ритмической гимнастики. Научатся выполнять простейшие построения и перестроения. Получат навыки выполнения ритмических, эстрадных танцев и комплексов упражнений под музыку. Будут стремиться ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Будут обучены основным танцевальным позициям рук и ног. Смогут выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике.

#### *3 год обучения*

В процессе освоения программы обучающиеся будут знать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с

предметами. Овладеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретут определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Будут стремиться передавать характер музыкального произведения в движениях (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Будут обучены основным хореографическим упражнениям. Научатся исполнять эстрадные и ритмические танцы, комплексы упражнений под музыку, а также выполнять двигательные задания по креативной гимнастике.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Условия реализации программы**

Развивающая среда по насыщенности и разнообразию обеспечивает занятость каждого ребенка, эмоциональное благополучие и психологическую комфортность.

В музыкальном зале созданы условия для нормального психосоциального развития детей:

- спокойная и доброжелательная обстановка,
- внимание к эмоциональным потребностям детей,
- созданы условия для развития и обучения.

### **Материально-техническое обеспечение Программы**

#### ***Технический средства:***

Мультимедийный проектор – 1 шт.

Стационарный экран – 1 шт.

Ноутбук – 1 шт.

Аудиосистема – 1 шт.

#### ***Методическая литература:***

1. Бондаренко И.В., «Музыкальные игры в детском саду для детей 5-7 лет», М.: Айрис-пресс, 2009.

2. Замятина Т.А., Стрепетова Л.В. «Музыкальная ритмика», М.: Издательство «Глобус», 2009.

3. Зарецкая Н.В. «Танцы для детей среднего дошкольного возраста», М.: Айрис – пресс, 2008.
4. Зарецкая Н.В. «Танцы для детей старшего дошкольного возраста», М.: Айрис – пресс, 2005.
5. Зарецкая Н.В., Роот З. «Танцы в детском саду», М.: Айрис – пресс, 2008.
6. Рымчук Н. «Пальчиковые игры и развитие мелкой моторики. Оригинальные пальчиковые игры. Раннее развитие малыша», Ростов н/Д: Владис: М.: РИПОЛ классик, 2008.
7. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Фитнес – Данс», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2010.
8. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА – ФИ - ДАНСЕ», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2010.

***Музыкальное обеспечение Программы:***

1. Танцевально-игровое пособие КУ-КО-ША. Екатерина Кутузова; Светлана Коваленко; Ирина Шарифуллина (2009г., 2014 г., - Выпуск 8, 1 и 2 часть)
2. Комплект «Музыкальные обучалочки», Екатерина Железнова – 3 шт. (1 и 2 год обучения, пальчиковые игры, музыкально-ритмические игры, песенки-инсценировки.
3. «Звуковой учебник танца» Т. Мартынова (Выпуск 2, 4, 5, 6)
4. Сборник классической музыки – 11 дисков
5. Любимые мелодии «Хоровод»
6. Русские народные песни для детей
7. Звуковые сценарии праздников – 3 диска
8. Танцевальная ритмика – 10 дисков

***Оборудование:***

1. Гимнастические коврики 25 шт.
2. Ленточки  
- на кольцо 28 штук

- на резинке 22 штуки
- 3. Погремушки 30 шт.
- 4. Снежинки 50 шт.
- 5. Цветы 7 шт.
- 6. Бусы 40 шт.
- 7. Листики осенние 40 шт.
- 8. Флажки 18 шт.
- 9. Платочки 18 шт.
- 10. Обручи 20 шт.
- 11. Мячи 30 шт.
- 12. Меч 5 шт.
- 13. Шляпы 16 шт.
- 14. Бескозырки 6 шт.
- 15. Шарфики 12 шт.
- 16. Хвостики 18 шт.
- 17. Султанчики 20 шт.
- 18. Бубны 12 шт.
- 19, Фонарики 15 шт.
- 20. Сарафаны 16 шт.
- 21. Косоворотки 9 шт.
- 22. Юбки 15 шт.
- 23. Блузки 6 шт.
- 24. Тематические костюмы 40 шт.

Картотека подвижных игр

Каталог игр-путешествий.

Материалы по взаимодействию с родителями.

### ***Кадровое обеспечение***

Педагог дополнительного образования Кривуля Татьяна Юрьевна.

## **2.2. Оценочные материалы**

Формами педагогического контроля могут быть итоговые занятия один раз в полугодие, творческие отчеты, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата.

### **Карта диагностики уровня развития ребенка по Программе**

Способом определения результативности реализации дополнительной образовательной Программы является педагогическая диагностика.

***Цель диагностики:*** выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

***Метод диагностики:*** наблюдение за детьми в процессе занятий в условиях выполнения обычных и специальных подобранных заданий.

**Ф.И. ребенка** \_\_\_\_\_

**Группа** \_\_\_\_\_

<b>Параметры</b>	<b>Начало года</b>	<b>Конец года</b>	<b>Динамика роста развития</b>
Ритмика			
Пластика			
Внимание			
Память			
Координация движений			

Эмоциональность			
Музыкальность			
Творческие проявления			

**Ритмика** – умение двигаться в такт, выполнять движения под музыку соответственно ее характеру, ритму, темпу.

**Пластика** – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, тела, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные упражнения.

**Внимание** – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения.

**Память** – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений.

**Координация движений** – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе.

**Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.

**Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений в музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

**Творческие проявления** – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики и развития ребенка на протяжении определенного периода времени.

**В** - Высокий уровень

**С** - Средний уровень

**Н** - Низкий уровень

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития) и оптимизации работы с группой детей.

### **3. Список литературы**

- 1 Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000 - 220 с.
- 2 Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967 – 203 с.
- 3 Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально–ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.-120 с.
- 4 Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006 – 44с.
- 5 Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4 – СПб.: Музыкальная палитра, 2006 – 44 с.
- 6 Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006 -352 с.

## Календарное планирование занятий

### 1 год обучения

№ п/п	Месяц	Занятие	Тема	Место проведения
1	Сентябрь	1	<b>Вводное</b>	Музыкально-спортивный зал
		2	Знакомство с упражнениями под музыку № 1	
		3	Игровая гимнастика № 1	
		4	Игропластика № 1	
		5	Танцевально-подвижные игры. № 1	
		6	Рисунок танца № 1	
		7	Игропластика № 2	
		8	Танцевальные ритмы. № 1	
2	Октябрь	1	Знакомство с упражнениями под музыку № 2	
		2	Игровая гимнастика № 2	
		3	Танцевальные ритмы. № 2	
		4	Элементы танца № 1	
		5	Рисунок танца № 2	
		6	Танцевально-подвижные игры. № 2	
		7	Танцевальные ритмы. № 3	
		8	Танцевальные ритмы. № 4	
3	Ноябрь	1	Знакомство с упражнениями под музыку № 3	
		2	Игровая гимнастика № 3	
		3	Танцевальные ритмы. № 5	
		4	Танцевально-подвижные игры. № 3	
		5	Элементы танца № 2	
		6	Рисунок танца № 3	
		7	Танцевальные ритмы. № 6	
		8	Игропластика № 3	
4	Декабрь	1	Танцевальные ритмы. № 7	
		2	Игропластика № 4	
		3	Элементы танца № 3	
		4	Рисунок танца № 4	
		5	Игровая гимнастика № 4	
		6	Танцевальные ритмы. № 8	
		7	Игропластика № 5	
		8	<b>Открытое занятия</b> Игра – путешествие	
5	Январь	1	Танцевальные ритмы. № 9	
		2	Знакомство с упражнениями под музыку № 4	
		3	Танцевальные ритмы. № 10	
		4	Элементы танца № 4	
		5	Рисунок танца № 5	
		6	Танцевальные ритмы. № 11	
		7	Танцевально-подвижные игры. № 4	
		8	Игропластика № 6	
6		1	Знакомство с упражнениями под музыку № 5	
		2	Игровая гимнастика № 5	

		3	Игропластика № 7	
	Февраль	4	Танцевально-подвижные игры. № 5	
		5	Танцевальные ритмы. № 12	
		6	Игропластика № 8	
		7	Танцевальные ритмы. № 13	
		8	Рисунок танца № 6	
7		Март	1	Знакомство с упражнениями под музыку № 6
	2		Игровая гимнастика № 6	
	3		Игропластика № 9	
	4		Танцевальные ритмы. № 14	
	5		Элементы танца № 5	
	6		Рисунок танца № 7	
	7		Танцевально-подвижные игры. № 6	
	8		Танцевальные ритмы. № 15	
8	Апрель	1	Знакомство с упражнениями под музыку № 7	
		2	Игровая гимнастика № 7	
		3	Игропластика № 10	
		4	Танцевально-подвижные игры. № 7	
		5	Танцевальные ритмы. № 16	
		6	Рисунок танца № 8	
		7	Элементы танца № 6	
		8	Танцевальные ритмы. № 17	
9	Май	1	Знакомство с упражнениями под музыку № 8	
		2	Игровая гимнастика № 8	
		3	Игропластика № 11	
		4	Танцевально-подвижные игры. № 8	
		5	Элементы танца № 7	
		6	Игропластика № 12	
		7	Танцевальные ритмы. № 18	
		8	Творческий концерт <b>Итоговое</b>	
<b>Итого</b>		<b>72</b>		

## 2 год обучения

№ п/п	Месяц	Занятие	Тема	Место проведения
1	Сентябрь	1	<b>Вводное</b>	Музыкально-спортивный зал
		2	Упражнения под музыку № 1	
		3	Танцевальные ритмы № 1	
		4	Игровая гимнастика № 1	
		5	Танцевальные ритмы № 2	
		6	Игропластика № 1	
		7	Танцевально-подвижные игры № 1	
		8	Элементы танца № 1	
2	Октябрь	1	Игропластика № 2	
		2	Упражнения под музыку № 2	
		3	Игровая гимнастика № 2	
		4	Танцевальные ритмы № 3	
		5	Танцевально-подвижные игры № 2	
		6	Игропластика № 3	
		7	Танцевальные ритмы № 4	
		8	Элементы танца № 2	
3	Ноябрь	1	Рисунок танца № 1	
		2	Танцевально-подвижные игры № 3	
		3	Упражнения под музыку № 3	
		4	Игровая гимнастика № 3	
		5	Танцевальные ритмы № 5	
		6	Игропластика № 4	
		7	Элементы танца № 3	
		8	Рисунок танца № 2	
4	Декабрь	1	Игровая гимнастика № 4	
		2	Игропластика № 5	
		3	Танцевально-подвижные игры № 4	
		4	Рисунок танца № 3	
		5	Танцевальные ритмы № 6	
		6	Элементы танца № 4	
		7	Танцевальные ритмы № 7	
		8	<b>Открытое занятия</b> Игра – путешествие	
5	Январь	1	Игропластика № 6	
		2	Упражнения под музыку № 4	
		3	Игровая гимнастика № 5	
		4	Танцевально-подвижные игры № 5	
		5	Танцевальные ритмы № 8	
		6	Игропластика № 7	
		7	Танцевальные ритмы № 9	
		8	Рисунок танца № 4	
6		1	Элементы танца № 5	
		2	Танцевальные ритмы № 10	
		3	Рисунок танца № 5	
	Февраль	4	Танцевальные ритмы № 11	
		5	Игровая гимнастика № 6	

		6	Игропластика № 8	
		7	Упражнения под музыку № 5	
		8	Танцевальные ритмы № 12	
7	Март	1	Танцевально-подвижные игры № 6	
		2	Танцевальные ритмы № 13	
		3	Игропластика № 9	
		4	Игровая гимнастика № 7	
		5	Упражнения под музыку № 6	
		6	Танцевальные ритмы № 14	
		7	Элементы танца № 6	
		8	Рисунок танца № 6	
8	Апрель	1	Игропластика № 10	
		2	Танцевально-подвижные игры № 7	
		3	Танцевальные ритмы № 15	
		4	Игровая гимнастика № 8	
		5	Танцевальные ритмы № 16	
		6	Упражнения под музыку № 7	
		7	Игропластика № 11	
		8	Рисунок танца № 7	
9	Май	1	Игропластика № 12	
		2	Танцевальные ритмы № 17	
		3	Упражнения под музыку № 8	
		4	Рисунок танца № 8	
		5	Танцевально-подвижные игры № 8	
		6	Танцевальные ритмы № 18	
		7	Элементы танца № 7	
		8	Творческий концерт <b>Итоговое</b>	
<b>Итого</b>		<b>72</b>		

№ п/п	Месяц	Занятие	Тема	Место проведения
1	Сентябрь	1	<b>Вводное</b>	Музыкально-спортивный зал
		2	Упражнения под музыку № 1	
		3	Элементы танца № 1	
		4	Игровая гимнастика № 1	
		5	Танцевальные ритмы № 1	
		6	Игропластика № 1	
		7	Танцевально-подвижные игры № 1	
		8	Элементы танца № 2	
2	Октябрь	1	Игровая гимнастика № 2	
		2	Танцевальные ритмы № 2	
		3	Элементы танца № 3	
		4	Игропластика № 2	
		5	Рисунок танца № 1	
		6	Элементы танца № 4	
		7	Танцевальные ритмы № 3	
		8	Элементы танца № 5	
3	Ноябрь	1	Танцевальные ритмы № 4	
		2	Упражнения под музыку № 2	
		3	Танцевальные ритмы № 5	
		4	Игровая гимнастика № 3	
		5	Элементы танца № 6	
		6	Игропластика № 3	
		7	Танцевально-подвижные игры № 2	
		8	Рисунок танца № 2	
4	Декабрь	1	Элементы танца № 7	
		2	Игропластика № 4	
		3	Танцевальные ритмы № 6	
		4	Игровая гимнастика № 4	
		5	Танцевальные ритмы № 7	
		6	Рисунок танца № 3	
		7	Танцевально-подвижные игры № 3	
		8	<b>Открытое занятия</b> Игра – путешествие	
5	Январь	1	Элементы танца № 8	
		2	Танцевальные ритмы № 8	
		3	Упражнения под музыку № 3	
		4	Игропластика № 5	
		5	Танцевальные ритмы № 9	
		6	Игровая гимнастика № 5	
		7	Элементы танца № 9	
		8	Рисунок танца № 4	
6	Февраль	1	Игропластика № 6	
		2	Танцевально-подвижные игры № 4	
		3	Танцевальные ритмы № 10	
		4	Игропластика № 7	
		5	Танцевальные ритмы № 11	
		6	Игровая гимнастика № 6	
		7	Рисунок танца № 5	

		8	Элементы танца № 10	
7	Март	1	Танцевальные ритмы № 12	
		2	Упражнения под музыку № 4	
		3	Танцевальные ритмы № 13	
		4	Игропластика № 8	
		5	Игровая гимнастика № 7	
		6	Игропластика № 9	
		7	Рисунок танца № 6	
		8	Элементы танца № 11	
8	Апрель	1	Игропластика № 10	
		2	Танцевальные ритмы № 14	
		3	Упражнения под музыку № 5	
		4	Элементы танца № 12	
		5	Танцевальные ритмы № 15	
		6	Рисунок танца № 7	
		7	Танцевальные ритмы № 16	
		8	Игропластика № 11	
9	Май	1	Игровая гимнастика № 8	
		2	Элементы танца № 13	
		3	Танцевальные ритмы № 17	
		4	Рисунок танца № 8	
		5	Игропластика № 12	
		6	Элементы танца № 14	
		7	Танцевальные ритмы № 18	
		8	Творческий концерт <b>Итоговое</b>	
<b>ИТОГО</b>		<b>72</b>		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 217702588042463165739188801430949850835526482791

Владелец Мочуга Ульяна Юрьевна

Действителен с 14.11.2023 по 13.11.2024