

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 95 комбинированного вида»  
(Детский сад № 95)

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
Детского сада № 95  
от 19.08.2021 г. Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом заведующего Детским садом № 95  
от 25.08.2021 г. № 192  
\_\_\_\_\_ Н.В. Шахмаева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

*художественной направленности (хореография)*

**1 модуль «Солнечные лучики» (для детей от 3-5 лет)**

**2 модуль «Танцевальная радуга» (для детей 5-7 лет)**

Срок реализации – 1 год

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для детей от 3 до 7 лет. – Каменск-Уральский городской округ. – 2021г.**

**Составитель:** Осенних М.И. заместитель заведующего по ВМР

**Программа** обеспечивает вариативность образовательного маршрута в соответствии с интересами и способностями воспитанников, направлена на удовлетворение конкретных образовательных потребностей родителей как заказчиков образовательных услуг.

**Программа** разработана с целью приобщить детей к танцевальному искусству, выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Пояснительная записка</b>	<b>4</b>
- Цели и задачи реализации рабочей программы	5
- Принципы и подходы к формированию рабочей программы	6
- Планируемые результаты освоения рабочей программы	8
<b>I. РАЗДЕЛ «УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН»</b>	
- Учебно-тематический план	12
<b>II. РАЗДЕЛ «СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ»</b>	
- Содержание образовательной деятельности	18
<b>III. РАЗДЕЛ «МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ»</b>	<b>25</b>
- Описание материально-технического обеспечения Программы	25
- Методическая обеспеченность материалами и средствами обучения	25
- Кадровые условия	26
- Расписание занятий	26
- Календарный учебный график	27

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дети дошкольного возраста непосредственны и эмоциональны. Движения под музыку, доставляет им большую радость. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер.

На занятиях по хореографии происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания танцевального, физического и интеллектуального развития. Дети получают возможность самовыражения через танец, через изображение различных животных, растений подобно тому, как наши древние предки в ритуальных танцах выражали чувства, мысли, образы, и освобождались от страха. В танцевальном зале дети имеют возможность выражать и изображать задуманное, исходя из собственных впечатлений, отбрасывая сложившиеся стереотипы.

Таким образом, хореография – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у детей творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца - музыки, движения и игры.

Возможность раннего знакомства детей с танцем и их первого активного приобщения к этому виду художественной деятельности, обучение детей языку танцевальных движений с целью формирования у них творчества в танце – вот основа программы.

**Актуальность:** Опрос родителей показал, что художественно-эстетическое развитие ребенка требует дополнительных подгрупповых занятий по хореографии (танцам). Программа по хореографии (танцам) ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание. Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического

развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

**Цель:** развитие творческих возможностей дошкольников в процессе формирования культуры личности посредством хореографии.

**Задачи:**

1. Познавательные:

- Развитие познавательного интереса
- Ознакомление детей с музыкально-ритмическими движениями, в соответствии с характером музыки

2. Развивающие:

- Развитие творческих способностей детей на основе личностно-ориентированного подхода
- Развитие воображения и фантазии детей в танце

- Развитие двигательных качеств и умений: гибкость, пластичность, ловкость, координацию движений, силу, выносливость
  - Развитие танцевальных способностей
3. Мотивационные:
- Развитие потребности самовыражения в движении под музыку
  - Побуждение интереса к дальнейшему обучению
4. Социально - педагогические:
- Формирование нравственно - коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим, чувства такта и культурного поведения.
  - Формирование общительности, честности, чувство собственного достоинства
5. Обучающие:
- Познакомить дошкольников с простейшими правилами поведения на сцене (в зале)
  - Познакомить с основными направлениями хореографии
  - Обучить партерному экзерсису
  - Дать основы музыкально-двигательной культуры
  - Разучить основные элементы детской хореографии
  - Закрепить полученные на занятиях навыки в концертной деятельности
6. Эстетические:
- Воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетической ценности
  - Формировать у воспитанников таких ценных качеств как адаптивность, инициативность, креативность, трудолюбие, ответственность в поступках, коллективизм
7. Оздоровительные:
- Способствовать укреплению здоровья детей
  - Содействовать профилактике плоскостопия
  - Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата
  - Формировать правильную осанку
  - Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания

Программа разработана на основе «Танцевально-игровая гимнастика для детей СА-ФИ-ДАНСЕ». Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г., а также с учетом методических рекомендаций Опришко М.В., "Талант – восьмое чудо света" и с дополнениями из программы «Танцующие карапузы» автор Кузнецова Елена Николаевна,

Основные разделы программы:

1. Введение. Предмет Хореография. Введение в танцевальную деятельность.

2. Упражнения на середине зала
3. Партерная гимнастика
4. Музыкально - ритмические упражнения
5. Танцевальные упражнения
6. Коллективно – порядковые упражнения
7. Танцевальные игры
8. Этюдная работа
9. Воспитательная работа
10. Релаксация
11. Концертная деятельность

### **Принципы:**

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста, без подготовки. Занятия проходят 2 раза в неделю. Срок реализации 1 год.

Реализация программы основывается на следующих педагогических принципах:

-Принцип доступности (изложение учебного материала от простого к сложному)

-Принцип наглядности (широкое использование практического показа)

-Принцип связи теории с практикой

-Принцип результативности (в программе указано, что должен знать и чему научиться)

-Принцип актуальности (максимальное приближение программы к реальным условиям жизни и деятельности детей)

Для успешной реализации программы используем следующие методы:

-наглядный

-словесный

-практический

-групповой

-индивидуальный

-конкурсы

Планируемый результат, ребенок должен уметь:

- маршировать и бегать, ориентируясь в пространстве;

- выполнять плавные и резкие движения руками;
- выполнять приседания и полуприсяды
- выполнять хлопки;
- притопывать то одной, то другой ногой;
- прыгать на месте;
- ходить по кругу, сужать и расширять его;
- подражать характерным движениям животных;
- передавать эмоциональное состояние игровых персонажей (грустный мишка, веселый зайка);

Формы контроля:

Входная диагностика, текущий контроль (диагностика, наблюдение), итоговый (выступление на концерте)

### ***Сроки реализации Программы***

Программа предназначена для обучения детей от 3 до 7(8) лет и рассчитана на четыре учебных года. Этот период можно определить как первый этап в освоении азов танцевального искусства.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребенка;
- большим объемом материала, многопредметностью;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Занятия проводятся: два раза в неделю, во второй половине дня.  
Длительность занятий

- на первом году обучения – 2 раза в неделю по 1 часу, 2 часа в неделю, 8 часов в месяц;

- на втором году обучения – 2 раза в неделю по 1 часу, 2 часа в неделю, 8 часов в месяц. Всего 70 часов в год;



- на третьем году обучения – 2 раза в неделю по 1 часу, 2 часа в неделю, 8 часов в месяц. Всего 70 часов в год;

- на четвертом году обучения – 2 раза в неделю по 1 часу, 2 часа в неделю, 8 часов в месяц. Всего 70 часов в год.

1 и 2 год обучения: дети младшего дошкольного возраста от 3 лет до 5 лет

3 и 4 год обучения: дети старшего дошкольного возраста от 5 лет до 7(8) лет

## **Требования к уровню подготовки детей по окончанию программы**

### **Младшая группа**

#### ***1. Коллективно-порядковые навыки и умения:***

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- маршировать вместе со всеми и индивидуально;
- выполнять основные движения (ходьба и бег) в умеренном и быстром темпе;

#### ***2. Музыкально-ритмические навыки и умения:***

- умение самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки, платочки).

#### ***3. Навыки и умения выразительного движения:***

- слушать танцевальную мелодию до конца, узнавать знакомые мелодии;
- замечать изменения в звучании мелодии (тихо – громко);
- выполнять танцевальные движения: притопывать попеременно двумя ногами и одной ногой, кружиться в парах, выполнять прямой галоп, двигаться под музыку с предметами (флажки, листочки, веточки и т.п.), игрушками, без них;
- передавать игровые и сказочные образы: идет медведь, крадется кошка, бегают мышата, скачет зайка, ходит петушок, клюют зернышки цыплята, летают птички, едут машины, летят самолеты, идет коза рогатая и др.;

- приветствовать учителя («Поклон – приветствие»);
- элементы народных танцев;

## **Средняя группа**

### ***1. Коллективно-порядковые навыки и умения:***

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;
- приветствовать учителя;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»;
- выполнять бег: легкий и стремительный;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий;
- ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, их круга.

### ***2. Музыкально-ритмические навыки и умения:***

- умение самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки), согласовывая их с характером музыки.

### ***3. Навыки и умения выразительного движения:***

- творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, импровизациях, играх;
- бегать с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;
- двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами;
- бегать на полупальцах;
- внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением;
- узнавать плясовые движения по мелодии;
- выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно менять их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;
- выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах, мальчики – присядки (русские,), хлопучки, девочки – «вышивать тюбетейку»;

- ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга вращательную и обратно, подскоки;
- инсценировать хороводы;
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»).

### **Старшая и подготовительная группа**

#### ***1. Коллективно-порядковые навыки и умения:***

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;
- приветствовать учителя;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»;
- выполнять бег: легкий и стремительный;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий;
- ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Выполнять:

- переменные притопы,
- прыжки с выбрасыванием ноги вперед,
- элементы русской пляски,
- шаг на носках,
- шаг польки,
- па вальса,
- па польки,
- широкий высокий бег,
- сильные поскоки,
- боковой галоп,
- элементы русской народной пляски,
- «Парная полька», русский народный танец «Кадриль»,
- основные положения рук, ног, головы, корпуса
- бальный поклон,
- балансе,
- «окошечко»,
- «дорожка»,

#### ***2. Музыкально-ритмические навыки и умения:***

- умение самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;

- передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки), согласовывая их с характером музыки.

### ***3. Навыки и умения выразительного движения:***

- творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, импровизациях, играх;
- бегать с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;
- двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами;
- бегать на полупальцах;
- внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением;
- узнавать плясовые движения по мелодии;
- выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;
- выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах, мальчики – присядки (русские,), хлопущки, девочки – «вышивать тюбетейку»;
- ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга в рассыпную и обратно, подскоки;
- инсценировать песню с помощью педагога
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»).

## **ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговое занятие;
- открытые занятия для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

# I. РАЗДЕЛ «УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН»

## Календарно тематический план Младшая группа

№ п/ п	Содержание	Месяц	Часы (занятия)	
			Т.	П.
1	<b>Ведение.</b> Собрание с родителями. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	<b>сентябрь октябрь</b>	1	
2	<b>Предмет Хореография.</b> Введение в танцевальную деятельность		1	
3	<b>Коллективно-порядковые упражнения:</b> «Шире круг», «Линеечка», «Передай другому»			2
4	<b>Танцевальные упражнения:</b> простой хороводный шаг, шаг по кругу, базовые положения рук			2
5	<b>Музыкальные упражнения:</b> Передача в движении ритмических рисунков (хлопки с педагогом)		1	2
6	<b>Партерная гимнастика:</b> постановка корпуса (сидя), работа стоп, работа рук (по позициям), махи руками			2
7	<b>Танцевальные игры:</b> игры со стихами, подвижные игры			2
8	<b>Элементы русского танца:</b> шаг притоп, тройной переменный			2
9	<b>Воспитательная работа</b> (отношение в коллективе)		1	
10	<b>Релаксация</b> (восстановление дыхания)			1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>	<b>4</b>	<b>13</b>
1	<b>Упражнения на середине зала:</b> «Хлопки», «покачивания», «кружения»	<b>ноябрь декабрь</b>		2
2	<b>Партерная гимнастика:</b> “книжка”, работа стоп, работа рук,«Тянем спинки», «Массируем животик»			2
3	<b>Музыкальные упражнения:</b> «Попрыгаем вместе», «Есть у киски», «Прятки»,			2
4	<b>Танцевальные упражнения:</b> прыжки, хлопки, притопы, танец с предметами			2
5	<b>Коллективно-порядковые упражнения:</b> «Красиво ходим», «Построимся в шеренгу», «Красивый круг»,«Приседай», «Ай,да», новогодний хоровод			3

6	<b>Танцевальные игры:</b> игры со стихами ,Общеразвивающие упражнения для пальчиков: «Семья», «Здравствуй,это я»			2
7	<b>Этюдная работа:</b> к новому году			2
8	<b>Воспитательная работа.</b>		1	
9	<b>Релаксация(игровой самомассаж)</b> «Поколоти», «Поезд», «Утюжки»,			1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>	<b>1</b>	<b>16</b>
1	<b>Упражнения на середине зала:</b> свободные, плавные движения руками, полуприседания, полное приседание, притопы, «фонарики»	<b>январь февраль март</b>		3
2	<b>Партерная гимнастика:</b> «Собака», «Лягушка», «Тигр», «Лодочка» Музыкально-творческие задания. «Дождик», «Большие и маленькие дома»			3
3	<b>Музыкально - ритмические упражнения:</b> «Ой, летали птички», «Поезд», «Догонялки»		1	2
4	<b>Танцевальные упражнения:</b> танцевальный шаг (с носка), бег на полупальцах, подскоки, основа польки			2
5	<b>Коллективно-порядковые упражнения:</b> хороводы			2
6	<b>Танцевальные игры:</b> «Острова», “Лягушки”, Олень,		1	3
7	<b>Этюдная работа:</b> “Поздравление папам”, “Поздравление мамам”		1	4
8	<b>Воспитательная работа</b>		1	
9	<b>Релаксация (игровой самомассаж )</b> «Кошечка», «Ветерок», «Обжорики»			1
	<b>Итого</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
1	<b>Упражнения на середине зала:</b> ходьба вперед и, пятясь, назад, бег, прыжки на месте	<b>апрель май</b>		2
2	<b>Партерная гимнастика:</b> «Лодка», «Велосипед», «Фасолинки», «Неваляшка».			2
3	<b>Музыкально - ритмические упражнения:</b> «Подружились», «Громче-тише».			2
4	<b>Танцевальные упражнения:</b> марш, шаги на полупальцах, шаги на пятках выставление ноги на носок и на пятку.			2
5	<b>Коллективно-порядковые упражнения:</b> передача предмета, вертушки			2
6	<b>Танцевальные игры:</b> Разбуди куклу», «Сварим суп», «Зайчишка трусишка», «Солнышко», «Два человека».			2

7	Этюдная работа			4
8	Воспитательная работа		1	
9	Релаксация (игровой самомассаж) «Стряхни пыль», «Устали наши ножки».			1
10	Концертная деятельность			
	<b>Итого</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>17</b>
	<b>Итого за год</b>	<b>76</b>	<b>10</b>	<b>66</b>

**Календарно тематический план  
Средняя группа**

№ п/ п	Содержание	Месяц	Часы (занятия)	
			Т.	П.
1	<b>Ведение.</b> Собрание с родителями. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	<b>сентябрь октябрь</b>	1	
2	<b>Предмет Хореография.</b> Введение в танцевальную деятельность		1	
3	<b>Коллективно-порядковые упражнения:</b> Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом.			2
4	<b>Танцевальные упражнения:</b> Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положения рук, ног.			2
5	<b>Музыкальные упражнения:</b> «Хоровод», «Мы пойдем сначала вправо», «Танец сидя»		1	2
6	<b>Партерная гимнастика:</b> Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.			2
7	<b>Танцевальные игры:</b> «Большой олень», «На крутом берегу», «Муренка»			2
8	<b>Элементы танца:</b>			2
9	<b>Воспитательная работа</b>		1	
10	<b>Релаксация</b>			1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>	<b>4</b>	<b>13</b>
1	<b>Упражнения на середине зала:</b> Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба.	<b>ноябрь декабрь</b>		2

2	<b>Партерная гимнастика:</b> Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре. Имитационные, образные упражнения.			2
3	<b>Музыкальные упражнения:</b> Галоп шестерками» (на приставном шаге), «Если весело живется»,			2
4	<b>Танцевальные упражнения:</b> Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений.			2
5	<b>Коллективно-порядковые упражнения:</b> . Построение в рассыпную, бег в рассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам			3
6	<b>Танцевальные игры:</b> «Хоровод», «Я танцую», «Чебурашка»			2
7	<b>Этюдная работа:</b>			2
8	<b>Воспитательная работа.</b>		1	
9	<b>Релаксация (игровой самомассаж)</b>			1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>	<b>1</b>	<b>16</b>
1	<b>Упражнения на середине зала:</b> Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко — тихо». . Группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках.	<b>январь февраль март</b>		3
2	<b>Партерная гимнастика:</b> . Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре.			3
3	<b>Музыкально - подвижные упражнения:</b> «Танец утят», «Ла-вота», «Кузнечик».		1	2
4	<b>Танцевальные упражнения:</b> Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов			2
5	<b>Коллективно-порядковые упражнения:</b> творческие игры «Кто я?», «Море волнуется».			2
6	<b>Танцевальные игры:</b> На лесной опушке», «Путешествие по станциям», «Путешествие в морское царство — подводное государство		1	3
7	<b>Этюдная работа:</b>		1	4
8	<b>Воспитательная работа</b>		1	
9	<b>Релаксация (игровой самомассаж )</b>			1
	<b>Итого</b>		<b>24</b>	<b>4</b>



1	<b>Упражнения на середине зала:</b> Перекаты в положении лежа, руки вверх. Равновесие на носках с опорой и без нее. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.	<i><b>апрель май</b></i>		2
2	<b>Партерная гимнастика:</b> Имитационные, образные упражнения.			2
3	<b>Музыкально - подвижные упражнения:</b> «Попрыгунчики-воробышки», «Мы — веселые ребята», «Совушка», «Цапля и лягушки»			2
4	<b>Танцевальные упражнения:</b> Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений.			2
5	<b>Коллективно-порядковые упражнения:</b> Специальные задания. «Создай образ», «Импровизация под песню».			2
6	<b>Танцевальные игры:</b> «В гости к Чебурашке», «Поход в зоопарк», «Конкурс танца»			2
7	<b>Этюдная работа</b>			4
8	<b>Воспитательная работа</b>		1	
9	<b>Релаксация (игровой самомассаж)</b>			1
10	<b>Концертная деятельность</b>			
	<b>Итого</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>17</b>
	<b>Итого за год</b>	<b>76</b>	<b>10</b>	<b>66</b>

### Календарно тематический план

#### Старшая и подготовительная группа

1	<b>Собрание с родителями.</b> Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	сентябрь октябрь	1
2	<b>Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.</b>		1
3	<b>Упражнения на развитие навыков выразительного движения.</b>		2
4	<b>Коллективно-порядковые упражнения:</b> «Цветные флажки», «Займи домик», «Ловушки».		1
5	<b>Музыкальные игры:</b> «Кот и мыши», «Пингвины», «Мышка в норке», «Полоскать платочки», «Карусель».		1

6	<p><b>Танцевальные элементы и композиции:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение элементов танца по программе предыдущего года,</li> <li>- тихая ходьба, высокий шаг, мягкий пружинящий шаг,</li> <li>- поскоки с ноги на ногу, легкие подскоки,</li> <li>- переменные притопы,</li> <li>- прыжки с выбрасыванием ноги вперед,</li> <li>- элементы русской пляски,</li> </ul>		10
1	<p><b>Танцевальные элементы и композиции:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шаг на носках,</li> <li>- шаг польки,</li> <li>- па вальса,</li> <li>- па польки,</li> <li>- широкий высокий бег,</li> <li>- сильные поскоки,</li> <li>- боковой галоп,</li> <li>- элементы русской народной пляски,</li> <li>- элементы татарской народной пляски,</li> <li>- «Парная полька», русский народный танец «Кадриль»,</li> <li>- основные положения рук, ног, головы, корпуса</li> <li>- бальный поклон,</li> <li>- балансе,</li> <li>- «окошечко»,</li> <li>- «дорожка»,</li> <li>- основной шаг.</li> </ul>	ноябрь декабрь	14
2	<b>Выступления.</b>		2
1	<p><b>Работа по репертуарному плану:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- русский народный танец «Яблочко». «Парная полька». Подготовка к весенним праздникам.</li> </ul>	январь февраль март	4
2	<p><b>Танцевальные упражнения:</b></p> <p>Повторение ранее изученного материала.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- элементы русского народного танца.</li> <li>- элементы танца «Фигурный вальс».</li> </ul> <p>Комплекс упражнения на восстановление дыхания, расслабление группы мышц.</p>		20
1	<p><b>Работа по репертуарному плану.</b></p> <p>Подготовка к выпускному.</p>	апрель май	10
2	Творческий отчет		6
3	<b>Итого за год</b>		76

## II. РАЗДЕЛ «СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ»

### Содержание курса Младшая группа

#### 1. Введение.

Собрание с родителями. Техника безопасности. Требование к занятиям (форма): М. белая футболка, черные шорты, черные балетки. Д. черный купальник, белая юбка, белые балетки.

#### 1. Предмет Хореография. Введение в танцевальную деятельность.

Ознакомительный урок в виде игры, знакомство детей с особенностями хореографии.

#### 2. Упражнения на середине зала

«Хлопки», «покачивания», «кружения», свободные плавные движения руками, полуприседания, полное приседание, притопы, «фонарики» ходьба вперед и назад, бег, прыжки на месте

#### 3. Партерная гимнастика

Постановка корпуса (сидя), работа стоп, работа рук (по позициям), махи руками

“книжка”,

«Тянем спинки» Дети лежат на спине, а педагог обхватив руками щиколотки ребенка плавно приподнимает его за ноги, отрывая поясницу от пола, растягивая при этом мышцы спины. И также плавно опускает его на пол.

«Массируем животик» Малыши лежат на полу на спине, подтянув к себе согнутые в коленях ноги, поворачивая поясницу то вправо, то влево.

«Собака» Ребенок стоит на четвереньках, затем медленно, прогибаясь в пояснице выпрямляет ноги, дотрагиваясь животиком до пола, оставляя верхнюю часть тела выпрямленной. Затем вернувшись в исходное положение, опускается на ноги и касается лбом пола, вытягивая руки вперед, затем возвращается в исходное положение.

«Лягушка» Из положения стоя детки присаживаются вниз, сгибая ноги в коленях, опуская ладони на пол, руки в локтях выпрямляют.

«Тигр» Дети стоят на четвереньках на полу, то выгибая спинку вверх, то прогибая ее в пояснице.

«Лодочка» см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 65.

Музыкально-творческие задания:

«Дождик» Развивает чувство ритма. Дети сидят на полу потихоньку начиная стучать кулачками и пяточками об пол, постепенно увеличивая темп, имитируя нарастающий шум дождя.

«Большие и маленькие дома» Дети лежат на спине, подняв руки за голову, тянут руки в одну сторону, руки в другую, имитируя большие дома, затем подтянув к себе согнутые в коленях ноги, имитируют маленькие дома.

«Лодка»Развивает вестибулярный аппарат. Дети сидят на полу, согнув ноги и разведя их в разные стороны, перекатываясь то на правое, то на левое бедро, имитируя движения лодки.

«Велосипед»Развивает координацию движений в соответствии с темпом музыки

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 52.

«Фасолинки»Развивает координацию движений в пространстве. Дети лёжа на спине, вытянув руки и ноги, перекатываются на один бок, на живот, на другой бок, передвигаясь по полу, как фасолинки.

«Неваляшка»Развивает координацию движений. Дети лёжа на спине, вытянув руки и ноги, перекатываются то на правый, то на левый бок.

## **5.Музыкально - ритмические упражнения**

Передача в движении ритмических рисунков (хлопки с педагогом)

«Попрыгаем вместе»синхронные прыжки

«Есть у киски» Развивает координацию движений, чувство ритма»

муз. воспитание. программа Н.Васильевой

«Прятки»Развивает координацию движений, чувство ритма, способствует повышению эмоционального тонуса.

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 19

«Ой, летали птички»Развивает способность исполнять выразительные движения.

см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 27

«Поезд»Развивает умение координировать движения в соответствии с музыкой и текстом. см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 29

«Догонялки»Развивает чувство коллективизма и самостоятельность.

муз. воспитание. программа Н.Васильевой

«Подружились»Развивает эмоциональную сферу.

«Громче - тише»Развивает умение различать громкие и тихие звуки.

Предложить малышу позвенеть в колокольчик – то громче, то тише, затем дать ему погремушку, а колокольчик взять себе. Тихонечко позвените колокольчиком, а малыша попросите тихо погременуть погремушкой. Затем дайте команду все проделать громко.

## **6.Танцевальные упражнения**

Простой хороводный шаг, шаг по кругу, базовые положения рук прыжки, хлопки, притопы, танец с предметами танцевальный шаг(с носка), бег на полупальцах, подскоки, основа польки марш, шаги на полупальцах, шаги на пятках выставление ноги на носок и на пятку.

## **7.Коллективно – порядковые упражнения**

Передача предмета, вертушки, хороводы, новогодний хоровод

«Шире круг»

«Линеечка»

“Передай другому”

«Красиво ходим»

«Построимся в шеренгу»

«Красивый круг»

см. Iая младшая группа,

I первый год обучения

(усложненный вариант)

«Приседай» Пляска развивает чувство ритма, координацию, умение менять движение соответственно частей музыки. см. Программу «Топ-хлоп малыши» стр. 56

«Ай, да» Развивает чувство ритма, умение менять темп движения в соответствии с музыкой см. программу «Топ-хлоп малыши» стр. 28

## **8. Танцевальные игры**

Игры со стихами, подвижные игры

Общеразвивающие упражнения для пальчиков:

«Семья» Развивает мелкую моторику рук сб. «Са-фи- дансе» стр. 100

«Здравствуй, это я» Попеременно здороваются пальчики: большие, указательные и т.д.

«Острова» игра на координацию

«Лягушки»: ноги во 2 позиции, руки изображают лапки, наклоны корпуса в стороны (локтем достать до коленки)

Олень: игра на координацию

Разбуди куклу: Развивает чувство коллективизма, эмоциональную сферу. см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.53

«Сварим суп» Развивает воображение, память.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.54

«Зайчишка трусишка» Способствует эмоциональному развитию.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.26

«Солнышко» Способствует эмоциональному развитию.

см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.75

«Два человека» Развивает навыки сопереживания. см. сборник «Развлечения для самых маленьких» М. Картушина стр.58

## **9. Этюдная работа**

Элементы русского танца: шаг притоп, тройной переменный, хлопки, Поздравление папам, Поздравление мамам

## **10. Воспитательная работа**

Мини беседы об отношении друг к другу и коллективу

## **11. Релаксация**

Восстановление дыхания

Игровой самомассаж:

«Поколоти» Предложите малышу кулачками слегка поколотить себя по ножкам, а затем другого ребенка.

«Поезд» Одни дети лежат на животе, а другие «ездят» у них по спинам кулачками.

«Утюжки» Погладьте малыша своими ладошками по ручкам, ножкам и т.д. затем предложите ему это сделать себе, вам или другому ребенку.

«Кошечка» Имитируем кистями, рук как умывается кошечка сначала себе, а затем деткам.

«Ветерок» Поглаживающими движениями то тыльной, то внутренней стороной кисти гладим спинки, ручки, ножки, сначала себе, затем другим.

*«Обжорики»* Поглаживающими круговыми движениями гладим внутренней стороной ладони животика себе, сначала одной, затем другой ручкой.

*«Стряхни пыль»* Стряхивающими движениями помогите малышу «стряхнуть» пыль с головы, плечей и т.д.

*«Устали наши ножки»* Внутренней стороной ладони детки гладят свои ножки, снизу вверх и наоборот.

## **12. Концертная деятельность**

Выступление на утренниках и мини концертах

# **Содержание курса II год обучения**

## **Средняя группа**

### **1. Введение.**

Собрание с родителями. Техника безопасности. Требование к занятиям (форма): М. белая футболка, черные шорты, черные балетки. Д. черный купальник, белая юбка, белые балетки.

### **2. Предмет Хореография.** Введение в танцевальную деятельность.

Ознакомительный урок в виде игры, знакомство детей с особенностями хореографии.

### **3. Упражнения на середине зала**

Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко — тихо».

Группировки. Сесть ноги врозь, сесть на пятках. Перекаты в положении лежа, руки вверх. Равновесие на носках с опорой и без нее. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

### **4. Партерная гимнастика**

Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положения рук, ног.

Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре. Имитационные, образные упражнения.

Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

Основные упражнения партерной гимнастики.

## 5. Музыкально - подвижные упражнения

*“Найди свое место”* Все дети стоят в шеренге (колонне), команде руководителя «Разойдись!» звучит веселая музыка, играющие разбегаются по площадке, бегают, прыгают, играют, передвигаются под музыку. Звучит команда: «Быстро местам!» Музыка прекращается. Все учащиеся должны быстро занять свои места в шеренге (колонне).

*«Нитка — иголка»* Играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Руководитель-водящий встает впереди: он — «иголка», дети — «нитка». Куда иголка идет — туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей залу, что-то обходит, где-то проползает, идет «змейкой» по кругу и т.д. Водящего можно менять. Игра выполняется под музыку и без нее.

*«Попрыгунчики-воробышки»* Построение врассыпную. Под музыку марша все марширую в любом направлении, под музыку польки все прыгают. Побеждают те, кто не ошибется в задании.

*«Мы — веселые ребята»* На одной стороне площадки (зала), за линией — дом, там стоят дети. Водящий, стоя посередине лицом к играющим, громко произносит: «Раз, два, три!» Все играющие отвечают хором:

Мы — веселые ребята,

Мы — ребята все зверята,

Любим бегать и играть.

Ну, попробуй нас догнать!

После этого дети перебегают на противоположную сторону зала за линию другого дома. Водящий ловит перебегающих. Пойманные отходят в сторону. Когда все дети перебегут, водящий опять считает: «Раз, два, три!» — а все, сказав четверостишье, бегут в первый дом. Пойманные опять отходят в сторону. После двух-трех перебежек (по предварительной договоренности) подсчитывают пойманных. Из них выбирают нового водящего, а пойманные снова включаются в игру. Все начинается сначала.

*«Совушка»* Выбирается водящий — совушка. Ее гнездо находится к стороне от площадки. Играющие стоят на площадке. Совушка сидит в гнезде.

По сигналу руководителя — «День наступает — все оживает» — дети ходят, бегают, подражают полету бабочек, птиц, жуков. По сигналу: «Ночь

наступает — все «ширает» играющие замирают, останавливаясь в той позе, в которой их застал сигнал. Совушка выходит охотиться и шевельнувшихся уводит в свое гнездо. По сигналу «День наступает — все оживает» совушка уходит в гнездо. Играющие опять оживают. Совушка меняется через две-три игры. Игру можно проводить под музыку: «день...» — музыка звучит громко, «ночь...» — музыка звучит тихо.

«Цапля и лягушки» Все играющие — лягушки, а один человек — цапля (стоит посредине круга). Под веселую музыку лягушки. Начинают прыгать, квакать, веселиться. Как только музыка прекращается, лягушки приседают и не двигаются. Тех, кто пошевелится, цапля забирает к себе, и они **помогают** ей ловить остальных лягушек. Игра проводится несколько раз. Самые осторожные объявляются царевнами-лягушками. Выделяется лучшая цапля.

## **6. Танцевальные упражнения**

Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений. Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, упор присев, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений.

## **7. Коллективно – порядковые упражнения**

Выполнение упражнений под музыку. Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение в рассыпную, бег в рассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.

Творческие игры:

«Кто я?»

«Море волнуется»

Специальные задания

«Создай образ»

«Импровизация под песню»

## **8. Танцевальные игры**



«Большой олень», «На крутом берегу», «Муренка», «Хоровод», «Я танцую», «Чебурашка». На лесной опушке», «Путешествие по станциям», «Путешествие в морское царство — подводное государство», «В гости к Чебурашке», «Поход в зоопарк», «Конкурс танца».

## **2. Этюдная работа**

Постановки к утренникам

## **10. Воспитательная работа**

Мини беседы об отношении друг к другу и коллективу

## **11. Релаксация**

Восстановление дыхания, Игровой самомассаж, поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме

## **12. Концертная деятельность**

Выступление на утренниках и мини концертах

# **Содержание курса Ши IVгод обучения**

## **Старшая и подготовительная группа**

### **1. Введение.**

Собрание с родителями. Техника безопасности. Требование к занятиям (форма): М. белая футболка, черные шорты, черные балетки. Д. черный купальник, белая юбка, белые балетки.

**2. Музыкально - подвижные упражнения:** Коллективно-порядковые упражнения: «Цветные флажки», «Займи домик, «Ловушки».

Музыкальные игры: «Кот и мыши», «Пингвины», «Мышка в норке», «Полоскать платочки», «Карусель».

### **3. Танцевальные упражнения**

Все упражнения изученные ранее, с добавлением рук.

- повторение элементов танца по программе предыдущего года,
- тихая ходьба, высокий шаг, мягкий пружинящий шаг,
- поскоки с ноги на ногу, легкие подскоки,
- переменные притопы,
- прыжки с выбрасыванием ноги вперед,
- элементы русской пляски,
- шаг на носках,
- шаг польки,
- па вальса,
- па польки,
- широкий высокий бег,

- сильные поскоки,
- боковой галоп,
- элементы русской народной пляски,
- «Парная полька», русский народный танец «Кадриль»,
- основные положения рук, ног, головы, корпуса
- бальный поклон,
- балансе,
- «окошечко»,
- «дорожка»,
- основной шаг.

Повторение ранее изученного материала.

- элементы русского народного танца.
- элементы танца «Фигурный вальс».

Комплекс упражнения на восстановление дыхания, расслабление группы мышц.

**4.Работа по репертуару.**Подготовка к утренникам

**5.Концертная деятельность**

Выступление на утренниках и мини концертах

### III. РАЗДЕЛ «МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ»

#### Описание материально-технического обеспечения Программы

<i>Соблюдение строительных норм и правил (СанПиН, ГОСТ, ВСН)</i>	
Полезная площадь, которая используется для образовательного процесса	71,3
Полезная площадь на одного ребенка	4,7
<i>Техническое обеспечение Программы</i>	
Магнитофон	1
Флешки	1
<i>Оборудование и оснащение</i>	
Ковердля занятий партерной гимнастикой	1

#### *Методическое обеспечение средствами обучения и воспитания*

- 1.Буренина А.И. «Ритмическая мозаика»- СПб, 2000г.
- 2.Буренина А.И. «Топ- хлоп, малыши» Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3 лет. С-П 2001г.
- 3.Кузнецова Елена Николаевна Танцующие карапузы»
- 4.Опришко М.В., Авторская программа обучения детей дошкольного возраста искусству хореографии "Талант – восьмое чудо света
- 5.Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. — СПб.: «Детство-пресс», 352 с, ил.

#### **Материально техническое обеспечение**

- нотные приложения;
- записи на аудио кассетах;
- музыкальные записи на компакт дисках;

- схемы танцевальных движений;
- разнообразная атрибутика;
- танцевальные костюмы.

**Условия набора детей в группы:** принимаются все желающие от 3 до 7(8) лет – наполняемость группы до 15 человек.

При приеме детей в кружок учитываются три момента:

- желание ребенка,
- способности ребенка,
- желание родителей.

Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной подгруппе детей, учитывая при этом состав, физические данные и возможности детей.

**Формы и режим занятий.** Содержание занятий ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей:

Ведущей формой организации занятий является **групповая**.

Форма для занятий: **девочки:** белые футболки, белые юбки, носочки, удобная для занятий мягкая танцевальная обувь, волосы хорошо подобраны. **Мальчики:** белые футболки, черные шорты, мягкая обувь - чешки.

### ***Кадровые условия***

Педагог дополнительного образования, имеющий высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю студии, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика».

Педагог дошкольного образовательного учреждения, имеющий высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика», либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области, соответствующей профилю студии.