

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБДОУ центр развития ребёнка - детский сад № 114
Адмиралтейского района Санкт – Петербурга
протокол № 1 от 29.08.2025 года

УТВЕРЖДЕНО

приказом № 3.1 от 29.08.2025 г.
Заведующий _____
Прищепова В.В

С учетом мнения Совета родителей

ГБДОУ центр развития ребёнка - детский сад № 114
Адмиралтейского района Санкт – Петербурга
протокол № 1 от 29.08.2025 года

ПРОГРАММА

**«ВЕСЕЛЫЙ КАБЛУЧОК»
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 4-7 лет**

Составитель:

Проноза Надежда Михайловна

Санкт-Петербург

Содержание

1. Целевой раздел

Введение

Пояснительная записка

Актуальность программы

1.2 Цели и задачи программы

1.3 Принципы программы

1.4 Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей, посещающих кружок хореографии

2. Содержательный раздел

2.1 Планирование работы

Первый год обучения (4-5 лет)

2.2 Содержание курса

Первый год обучения (4-5 лет)

Второй год обучения (5-6 лет)

Третий год обучения (6-7 лет)

2.3 Планируемые промежуточные результаты освоения программы

2.4 Методы, средства, приемы работы

2.5 Организация образовательной деятельности

3. Организационный раздел

3.1 Предметная среда кабинета

3.2 Обеспечение методическими рекомендациями и средствами обучения и воспитания

1. Целевой раздел

Введение

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДОУ, определяется через выбор хореографического направления. Занятия хореографией способны оказать разностороннее комплексное влияние на развитие ребёнка и формирование его как эстетически и духовно развитой личности. Оказывая активное влияние на развитие эмоционально-образной сферы мышления, постоянно побуждая к творчеству, давая примеры

нравственного поведения, тренируя волю и тело, хореография может дать детям то, чего не хватает в современном процессе обучения и воспитании детей - попытаться уравновесить, гармонизировать, интеллектуальное развитие ребёнка с физическим, нравственным, духовным и эмоциональным.

Пояснительная записка

Основной целью воспитания и обучения является формирование всесторонне развитой, гармоничной личности. Детский сад является основной базой для развития личности ребенка.

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, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлечательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы

занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Предлагаемая Программа ориентирует педагогов на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Актуальность программы

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в дошкольном образовательном учреждении предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования требуют от педагогов дошкольного учреждения реализации следующих задач:

- охраны жизни и укрепления здоровья детей;
- всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями;
- сохранения и поддержки индивидуальности ребёнка, развития индивидуальных способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;
- формирование общей культуры воспитанников, развития их нравственных, интеллектуальных, физических, эстетических качеств, инициативности,

самостоятельности и ответственности, формирования предпосылок учебной деятельности;

- обеспечение равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей.

Для решения данных задач разрабатываются основные образовательные программы. Однако, художественно-эстетическое развитие ребенка, по результатам опроса родителей, требует дополнительных подгрупповых занятий с детьми по таким направлениям, как хореография.

Программа «Хореография» 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.

1.2 Цели и задачи программы

Образовательные задачи:

1. Через образы дать возможность выразить собственно восприятие музыки;
2. Расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
3. Умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
4. Умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

Развивающие:

1. Развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
2. Умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
3. Координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
4. Приобщение к совместному движению с педагогом.

Воспитательные:

1. Воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
2. Психологическое раскрепощение ребенка;
3. Воспитание умения работать в паре, коллективе, понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

1.3 Принципы программы

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Выделяют следующие принципы:

- Индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- Систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- Наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- Повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- Сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

1.4 Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей, посещающих кружок хореографии

Программа кружка по хореографии рассчитана на дошкольников в возрасте 4-7 лет.

Возрастные особенности детей 4-5 лет

Возраст от четырех до пяти лет — период относительного затишья. Ребенок вышел из кризиса и в целом стал спокойнее, послушнее, покладистее. Все более сильной становится потребность в друзьях, резко возрастает интерес к окружающему миру.

Для детей 4-5 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену частей музыки, в понимании пауз.

В этом возрасте у вашего ребенка активно проявляются стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже больше способен позаботиться о себе и меньше нуждается в опеке взрослых. Обратная сторона самостоятельности — заявление о своих правах, потребностях, попытки устанавливать свои правила в окружающем его мире.

Этические представления. Ребенок расширяет палитру осознаваемых эмоций, он начинает понимать чувства других людей, сопереживать. В этом возрасте начинают формироваться основные этические понятия, воспринимаемые ребенком не через то, что говорят ему взрослые, а исходя из того, как они поступают.

Творческие способности. Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий, он способен создавать целые миры на бумаге или в своей голове. В мечтах, разнообразных фантазиях ребенок получает возможность стать главным действующим лицом, добиться недостающего ему признания.

Отношения со сверстниками. У ребенка появляется большой интерес к ровесникам, и он от внутрисемейных отношений все больше переходит к более широким отношениям с миром. Совместная игра становится сложнее, у нее появляется разнообразное сюжетно-ролевое наполнение (игры в больницу, в магазин, в войну, разыгрывание любимых сказок). Дети дружат, ссорятся, мирятся, обижаются, ревнуют, помогают друг другу. Общение со сверстниками

занимает все большее место в жизни ребенка, все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников.

Активная любознательность, которая заставляет детей постоянно задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить, обсуждать различные вопросы. Но у них еще недостаточно развита произвольность, то есть способность заниматься тем, что им неинтересно, и поэтому их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре.

Возрастные особенности детей 5-6 лет

Ребёнок 5-6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей. В 5-6 лет дошкольники совершают положительный нравственный выбор (преимущественно в воображаемом плане). Чаще начинают употреблять и более точный словарь для обозначения моральных понятий - вежливый, честный, заботливый и др.

Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения.

В этом возрасте в поведении дошкольников формируется возможность само регуляции, т. е. дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т. п.). Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения. Ребенок эмоционально переживает не только оценку его поведения другими, но и соблюдение им самим норм и правил, соответствие его поведения своим морально-нравственным представлениям. Однако соблюдение норм (дружно играть, делиться игрушками, контролировать агрессию и т. д.), как правило, в этом возрасте возможно лишь во взаимодействии с теми, кто наиболее симпатичен, с друзьями.

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребёнка о себе; оценки и мнение товарищей становятся для них существенными. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. Свои предпочтения дети объясняют успешностью того или иного ребёнка в игре («С ним интересно играть» и т. п.) или его положительными качествами («Она хорошая», «Он не дерётся» и т. п.). Общение детей становится менее ситуативным. Они охотно рассказывают о том, что с ними произошло: где были, что видели и т. д. Дети внимательно слушают друг друга, эмоционально сопереживают рассказам друзей.

Повышаются возможности безопасности жизнедеятельности ребенка 5-6 лет. Это связано с ростом осознанности и произвольности поведения, преодолением эгоцентрической позиции (ребёнок становится способным встать на позицию другого).

В возрасте 5-6 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнении, эмоционально осознанное восприятие.

Возрастные особенности детей 6-7 лет

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Возраст (6 – 7 лет) характеризуется как период существенных изменений в организме ребенка и является определенным этапом созревания организма. В этот период идет интенсивное развитие и совершенствование опорно-двигательной и сердечно-сосудистой систем организма, развитие мелких мышц, развитие и дифференцировка различных отделов центральной нервной системы.

Характерной особенностью данного возраста является так же развитие познавательных и мыслительных психических процессов: внимания, мышления, воображения, памяти, речи. Если на протяжении дошкольного детства преобладающим у ребенка является непроизвольное внимание, то к концу дошкольного возраста начинает развиваться произвольное внимание. Ребенок начинает его сознательно направлять и удерживать на определенных предметах и объектах. К концу дошкольного возраста происходит развитие произвольной зрительной и слуховой памяти. Память начинает играть ведущую роль в организации психических процессов. К концу дошкольного возраста более высокого уровня достигает развитие наглядно-образного мышления и начинает развиваться логическое мышление, что способствует формированию способности ребенка выделять существенные свойства и признаки предметов окружающего мира, формированию способности сравнения, обобщения, классификации. Идет развитие творческого воображения, этому способствуют различные игры, неожиданные ассоциации, яркость и конкретность представляемых образов и впечатлений. К концу дошкольного возраста расширяется активный словарный запас и развивается способность использовать в активной речи различные сложно грамматические конструкции. Психическое развитие и становление личности ребенка к концу дошкольного возраста тесно связаны с развитием самосознания. У ребенка 6 – 7 летнего возраста формируется самооценка на основе осознания успешности своей деятельности, оценок сверстников, оценки педагога, одобрения взрослых и родителей. Ребенок становится способным осознавать себя и то положение, которое он в данное время занимает в семье, в детском коллективе сверстников. Формируется рефлексия, т. е. осознание своего социального «я» и возникновение на этой основе внутренних позиций. В

качестве важнейшего новообразования в развитии психической и личностной сферы ребенка 6 – 7 летнего возраста является соподчинение мотивов. Осознание мотива «я должен», «я смогу» постепенно начинает преобладать над мотивом «я хочу». Осознание своего «я» и возникновение на этой основе внутренних позиций к концу дошкольного возраста порождает новые потребности и стремления. В результате игра, которая является главной ведущей деятельностью на протяжении дошкольного детства, к концу дошкольного возраста уже не может полностью удовлетворить ребенка. У него появляется потребность выйти за рамки своего детского образа жизни, занять доступное ему место в общественно-значимой деятельности, т.е. ребенок стремится к принятию новой социальной позиции – «позиции школьника», что является одним из важнейших итогов и особенностей личностного и психического развития детей 6 – 7 летнего возраста.

2. Содержательный раздел

2.1 Планирование работы

Первый год обучения (4-5 лет)

Для детей 4-5 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену частей музыки, в понимании пауз.

Приоритетные задачи:

- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений,
- воспитание самостоятельности в исполнении,
- побуждение детей к творчеству,
- стимулирование индивидуальных проявлений детей, инициативность в танцевальной деятельности.

№ п\п	Тема	Месяц	Количество занятий в неделю
1	Волшебное знакомство	Октябрь	1
2	Игровой стретчинг	Октябрь	1
3	Веселая разминка	Ноябрь	1
		Декабрь	1
4	Азбука танца	Декабрь	1
		Январь	1
		Февраль	1
5	Рисунок танца	Февраль	1
		Март	1
6	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	Март	1
		Апрель	1

№ п\п	Тема	Месяц	Количество занятий в неделю
		Май	1
	Итого:		32

2.2 Содержание курса

Первый год обучения (4-5 лет)

ТЕМА «Волшебное знакомство» (Введение в предмет)

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танца.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.

ТЕМА «Игровой стретчинг» (партерная гимнастика)

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Исправлять дефекты осанки.
4. Укреплять физическое и психическое здоровье.

Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Колечко», «Лодка», «Собачка», «Рыбка», «Качели», «Кораблик».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька- встанька».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан», «Гуси»
5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
7. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Крыло».
8. Игровая композиция «Утенок Кряк».

ТЕМА «Веселая разминка»

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

Содержание:

Комплексы движений разминки: «Девочка и мячик» (один ребенок прыгает на одной ноге, а второй на корточках прыгает, как мячик), «Лягушки» (приседают, колени в сторону), «Цапли» (ходьба с поднятием то правого, то левого колена), «Травка растет» (сидя на корточках, поднимают правую, потом левую руку, потом постепенно встают, вырастают, поднимают руки вверх)

ТЕМА «Азбука танца»

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Шаги:

- танцевальный шаг с носка,
- маршевый,
- хороводный.
- на полу пальцах,
- поскоки,
- галоп,
- топающий шаг,
- ходьба на четвереньках,
- ходьба полу присядом

Бег:

- мелкий на полу пальцах,
- передающий различные образы,
- с высоко поднятыми коленями,
- широкий («волк»)

Прыжки:

- на двух ногах вместе,
- с продвижением вперед,
- прямой галоп «лошадки»,
- пражки вокруг себя на 360°

Экзерсис на середине:

- позиции ног (I и VI),
- постановка корпуса,
- demi - plie в I – VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- releve на полупальцы (в VI (невыворотной) позиции);
- перегиб корпуса вперед и в сторону,
- позиции рук: подготовительная, I-я, III-я.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):
 - замкнутый круг;
 - раскрытый круг (полукруг);
 - круг в круге,
 - лицом в круг, спиной из круга;
 - круг парами.
3. Научить перестраиваться из одного вида в другой.
4. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
 - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
 - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа) Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.

Второй год обучения (5-6 лет)

В возрасте 5-6 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнении, эмоционально осознанное восприятие.

Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения.

Приоритетные задачи:

- умение оперировать музыкальными представлениями;
- продолжать формировать умение сочетать пантомиму, танец, пластику;
- учить отражать в танцевальных импровизациях изменения в музыкальном образе;
- вводить элементы балетного и современного массового танца.

№ п/п	Тема	Месяц		Количество занятий в неделю	Всего
1.	Вводное занятие	октябрь	1 неделя	2	2
2.	Волшебное знакомство с танцем	октябрь	1 неделя	2	2
3.	Игровой стретчинг	октябрь	2 неделя	2	10
			3 неделя	2	
			4 неделя	2	
		ноябрь	1 неделя	2	
			2 неделя	2	
4.	Партерный экзерсис (классический)	ноябрь	3 неделя	2	10
			4 неделя	2	
		декабрь	1 неделя	2	
			2 неделя	2	
			3 неделя	2	
5.	Рисунок танца	декабрь	4 неделя	2	8
		январь	1 неделя	2	
			2 неделя	2	
			3 неделя	2	
6.	Народный танец	январь	4 неделя	2	14
		февраль	1 неделя	2	
			2 неделя	2	
			3 неделя	2	
			4 неделя	2	
		март	1 неделя	2	
			2 неделя	2	
7.	Танцевальное ассорти (репетиционно- постановочная работа)	март	3 неделя	2	20
			4 неделя	2	
		апрель	1 неделя	2	

№ п\п	Тема	Месяц		Количество занятий в неделю	Всего
			2 неделя	2	
			3 неделя	2	
			4 неделя	2	
		май	1 неделя	2	
			2 неделя	2	
			3 неделя	2	
			4 неделя	2	
ИТОГО:				64	

Вводное занятие

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

ТЕМА «Волшебное знакомство с танцем»

Задачи:

5. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными.
6. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
7. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
8. Беседа о любимых танцах.

ТЕМА «Игровой стретчинг»

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.
5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

Содержание:

1. Упражнения на полу: постановка корпуса; работа на стопы; растяжка; работа над укреплением брюшного пресса, мышц шеи.
2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги + хлопки).
3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»
5. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
6. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
7. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
8. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
9. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Журавель»
10. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа.
11. Игровая композиция «Просто так».

ТЕМА «Партерный экзерсис» (элементы классического танца) Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Экзерсис на середине:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- позиции ног (I-я, II-я, III-я, vI при относительной выворотности ног);
- постановка корпуса в I – II – III позиции;
- releve на полупальцы;
- demi - plie в I – II – III-VI позиции;
- чередование releve и demi – plie;
- grand-plie в I – II – III-VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- cote (легкие прыжки);
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг»:
 - замкнутый круг;
 - раскрытый круг (полукруг);
 - круг в круге;
 - сплетенный круг (корзиночка);
 - лицом в круг, лицом из круга;
 - круг парами,
 - круг против ходом.
3. Научить перестраиваться из одного вида в другой.
4. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
 - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);

- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

5. Понятие «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;
- перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

6. Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

7. Рисунок танца «Змейка»:

- горизонтальная.

8. Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского хороводного танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского хороводного танца.

Содержание:

- Введение в предмет «Русский хороводный танец»;
- Постановка корпуса;
- Изучение основ русского хороводного народного танца:
 - развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка; часики.
 - работа рук в русском танце;
 - навыки работы с платочком;
 - русский поклон;
 - подскоки;
 - тройные прыжки
 - бег с вытянутыми носочками
 - боковой галоп
 - шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
 - хлопки
 - движение с выставлением ноги на носок;

- «ковырялочка» вперед и в сторону;
- пружинка с поворотом;
- приставные шаги в сторону;
- Ходы:
 - простой, на полу пальцах,
 - боковой, приставной,
 - боковой ход «при падание» по VI позиции,
 - беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
- Хлопки и хлопушки для мальчиков: одинарные по бедру и голенищу.
- Каблучные упражнения
 - вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
 - присядка с выставлением ноги на пятку.

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно - постановочная работа)

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

Третий год обучения (6-7 лет)

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

№ п\п	Тема	месяц		Количество занятий в неделю	Всего
1.	Вводное занятие	октябрь	1 неделя	1	3
2.	Волшебное знакомство с танцем			2	
3.	Игровой стретчинг	октябрь	2 неделя	3	15
			3 неделя	3	
			4 неделя	3	
		ноябрь	1 неделя	3	
			2 неделя	3	
4.	Партерный экзерсис (классический)	ноябрь	3 неделя	3	15
			4 неделя	3	
		декабрь	1 неделя	3	
			2 неделя	3	
			3 неделя	3	
5.	Рисунок танца	декабрь	4 неделя	3	12
		январь	1 неделя	3	
			2 неделя	3	
			3 неделя	3	
6.	Народный танец	январь	4 неделя	3	21

№ п\п	Тема	месяц		Количество занятий в неделю	Всего
		февраль	1 неделя	3	
			2 неделя	3	
			3 неделя	3	
			4 неделя	3	
		март	1 неделя	3	
			2 неделя	3	
7.	Танцевальное ассорти (репетиционно- постановочная работа)	март	3 неделя	3	30
			4 неделя	3	
		апрель	1 неделя	3	
			2 неделя	3	
			3 неделя	3	
			4 неделя	3	
		май	1 неделя	3	
			2 неделя	3	
			3 неделя	3	
			4 неделя	3	
	ИТОГО:				96

ТЕМА «Волшебное знакомство» (Введение в предмет)

Задачи:

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.
3. Познакомить детей с разновидностями бальных танцев.
4. Беседа о стилях и направлениях.

ТЕМА «Игровой стретчинг»

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.

5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

Содержание:

1. Упражнения на полу:
 - постановка корпуса;
 - работа на стопы;
 - растяжка;
 - работа над укреплением брюшного пресса.
2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+ хлопки).
3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра», «Колечко», «Свечка», «Мостик», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька- встанька», «Коробочка»
5. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
6. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
7. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя;. По очереди сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
8. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
9. Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».
10. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа, полу шпагаты.
11. Игровая композиция «Сказка о жадном императоре»

ТЕМА «Партерный экзерсиз» (элементы классического танца)

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Экзерсиз на середине:
 - постановка корпуса (ноги в свободном положении);
 - понятия рабочая нога и опорная нога;
 - позиции ног (I-я, II-я, III-я, vI при относительной выворотности ног);

- постановка корпуса в I – II – III позиции;
- releve на полупальцы;
- demi - plie в I – II – III-VI позиции;
- чередование releve и demi – plie;
- grand-plie в I – II – III-VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- cote (легкие прыжки);
- перегиб корпуса вперед и в сторону.
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);
- повороты головы на 1/2; 1/4.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):
 - замкнутый круг;
 - раскрытый круг (полукруг);
 - круг в круге;
 - сплетенный круг (корзиночка);
 - лицом в круг, лицом из круга;
 - круг парами.
 - научить перестраиваться из одного вида в другой.
3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
 - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
 - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).
4. Понятие «Диагональ»:
 - перестроение из круга в диагональ;

- перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

5. Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

6. Рисунок танца «Змейка»:

- горизонтальная;
- вертикальная.

7. Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца». Игра – танец «Бесконечный».

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам татарского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «русский танец»;
2. Постановка корпуса;
3. Изучение основ русского народного танца:
 - развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка»,
 - «гармошка», ковырялочка;
 - работа рук в русском танце;
 - навыки работы с платочком;
 - татарский поклон;
 - подскоки;
 - при падания;
 - тройные прыжки
 - бег с вытянутыми носочками
 - боковой галоп
 - шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
 - хлопки
 - движение с выставлением ноги на носок;
 - движение «часики»
 - «ковырялочка» вперед и назад
 - пружинка с поворотом
 - приставные шаги в сторону
4. Ходы:
 - простой, на полу пальцах,
 - боковой, приставной,

- боковой ход «при падание» по VI позиции,
- беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

5. Хлопки и хлопушки для мальчиков:

- одинарные по бедру и голенищу.
- каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

2.3 Планируемые промежуточные результаты освоения программы

Обучая дошкольников по данной программе, к концу года мы добиваемся следующих результатов:

Первый год обучения (средняя группа). Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. После второго года обучения занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Второй год обучения (старшая группа). Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.

Третий год обучения (подготовительная к школе группа). Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Общие:

- дети с удовольствием посещают занятия, они активны и эмоциональны;
- каждый ребёнок может осознанно повторить выученные элементы танцев;
- родители интересуются занятиями детей;
- педагоги активно используют полученные умения детей на различных мероприятиях;
- выявление и привлечение способных детей к расширенным и углубленным дополнительным знаниям.

Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

2.4 Методы, средства, приемы работы

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Принципы: Доступности, индивидуализации, систематичности, последовательности;

Приемы: Учет возрастных особенностей ребенка. Отработка двигательных навыков. Улучшение способностей детей, вызывать интерес к танцам различного содержания. Освободить его от застенчивости. Систематичность в приобретении знаний, умений, приучают детей к методичной и регулярной работе.

Принципы: Постепенного повышения требований;

Приемы: Выполнение более трудных новых заданий, увеличение объема и интенсивности нагрузок. От простого к сложному по темам.

Принципы: Сознательности и активности;

Приемы: Обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение детей к своим действиям.

Принципы: Эмоциональной увлеченности и заинтересованности.

2.5 Организация образовательной деятельности

Программа предназначена для дополнительных занятий по хореографии в детском саду, для детей 4-7 лет. Количество детей в подгруппе: 10-12 человек. Форма занятий: подгрупповая.

- 4-5 лет 1 занятие в неделю продолжительностью 20 минут; в год 32 занятий;
- 5-6 лет 2 занятия в неделю продолжительностью 25 минут; в год 64 занятий;
- 6-7 лет 1 занятия в неделю продолжительностью 30 минут; в год 32 занятий.

3. Организационный раздел

3.1 Предметная среда кабинета

Предметно-развивающая среда – это необходимый инструмент в организации педагогического процесса. Она стала неотъемлемой частью образования. Ее необходимо организовать так, чтобы она помогала в работе с детьми, а не отвлекала от работы, чтобы она гармонично вписывалась в образовательный процесс, а не нарушала его.

1. Музыкальный центр
2. Ноутбук
3. Резиновые коврики

3.2 Обеспечение методическими рекомендациями и средствами обучения и воспитания

1. Барышникова Т.К. «Азбука хореографии». – СПб. 1996.
2. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца
3. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». – М., 2004.
4. Гусев Г.П. «Этюды». – М., 2004.
5. Звездочкин В.А. «Классический танец». – Ростов н/Д., 2003.
6. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение». – М., 1984.
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать». – М., 2003.
8. Белов М. «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства». - М.,1953.
9. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду».
10. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., Линка – Пресс, 2006.
11. Иванов В.А. «Детский танец», методическое пособие, Пермь, 1998.