

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 27 «Филиппок»

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ ДС № 27 «Филиппок»  
Ю.Ю. Сингизова  
31.08.2023 год

**Дополнительная общеразвивающая  
программа  
художественной направленности  
«Каблучок»**

**Срок освоения: 1 учебный год - 2023-2024 гг.**

**Возраст: дети от 5 лет до прекращения  
образовательных отношений**

Составители:  
Музыкальный руководитель  
Никулица К.П., Левкина М.М.

ПРИНЯТА  
на Педагогическом совете № 1  
Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

г. Нижневартовск, 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ</b>
<b>2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b>
2.1. Актуальность
2.2. Цели и задачи программы
2.3. Целевая группа
2.4. Объем и сроки освоения программы
2.5. Уровень сложности и направленность программы
2.6. Формы и режим занятий
2.7. Ожидаемые результаты
<b>3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ</b>
3.1 Календарный учебно-тематический план
3.2. Содержание занятий
<b>4. СРЕДСТВА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОГРАММЫ</b>
<b>5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b>
<b>6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>

## 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<b>Наименование программы</b>	Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Каблучок».
<b>Дополнительная платная образовательная услуга</b>	Проведение занятий по развитию танцевальных способностей у детей.
<b>Нормативно-правовая база разработки программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Постановление Правительства РФ от 15 сентября 2020 г. № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Постановление Главного санитарного государственного врача РФ от 28.09.2020 г, № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.1.3048-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Постановление Главного санитарного государственного врача РФ от 28.01.2021 г, № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Постановление Правительства Ханты-Мансийского автономного округа - Югры от 05.10.2018 № 338-п "О государственной программе Ханты-Мансийского автономного округа – Югры "Развитие образования" (на 2019-2025 годы и на период до 2030 года)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Положение об оказании дополнительных платных образовательных услуг в МБДОУ ДС № 27 «Филиппок»</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Устав МБДОУ ДС № 27 «Филиппок».</li> </ul>

<b>Авторы</b>	Музыкальный руководитель :Никулица К.П., Левкина М.М.
<b>Целевая группа</b>	Дети от 5 лет до прекращения образовательных отношений.
<b>Цель программы</b>	Развитие творческих способностей детей через приобщение дошкольников к хореографическому искусству.
<b>Задачи программы</b>	<p><i>1. Обучающие задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Осваивать простейшие танцевальные движения;</li> <li>• Осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений;</li> <li>• Формировать интерес к хореографическому искусству;</li> <li>• Приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев).</li> </ul> <p><i>2. Развивающие задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Укреплять опорно-мышечный аппарат, формировать правильную осанку;</li> <li>• Развивать двигательную и музыкально-ритмическую координацию;</li> <li>• Развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;</li> <li>• Развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.</li> </ul> <p><i>3. Воспитывающие задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик-девочка);</li> <li>• Воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;</li> <li>• Воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами различных национальных культур.</li> </ul>
<b>Сроки реализации программы</b>	Программа рассчитана на 1 год реализации, в течение учебного года с 01.09.2023г. по 31.05.2024г.
<b>Ожидаемые результаты</b>	<p><i>Личностное развитие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• устойчивая мотивация к занятиям хореографией;</li> <li>• развитые качества личности (уважительное отношение к членам детского коллектива, дисциплинированность, ответственность, дружелюбие);</li> </ul>

- волевая саморегуляция в танцевальной деятельности; познавательный интерес к изучению хореографической культуры;
  - способность к самоорганизации в учебной, репетиционной и концертной деятельности;
  - чувство причастности к организационной культуре хореографического коллектива «Каблучок».
- Метапредметные умения:*
- умение принимать учебную задачу в исполнительской деятельности;
  - умение оценивать результаты своей работы по заданному алгоритму;
  - умение задавать вопросы по существу исполнительской деятельности;
  - умение контролировать свои действия в межличностном взаимодействии, в коллективной танцевальной и концертной деятельности;
  - умение оценивать результаты индивидуальной и групповой работы по заданному алгоритму.
- Предметные знания и умения:*
- знание базовой терминологии в области классического танца;
  - знание специфики групповых репетиций;
  - знание рисунка изучаемых танцев;
  - умение воспроизводить полностью рисунок изучаемых танцев;
  - умение правильно выполнять основные элементы детского танца: полька, галоп, подскоки;
  - сформированные музыкально-ритмическая координация, мышечное чувство, осанка, стопа; музыкально-двигательная память;
  - сформированные физические качества (сила, выносливость, гибкость) в соответствии с возрастной нормой.

## **2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дошкольный период общепризнан, как начальный этап развития внутреннего мира ребенка, его духовности, формирования общечеловеческих ценностей. Этот возраст является временем интенсивного развития и всесторонней любознательности. Изучение детьми хореографии, путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных его возрасту.

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.

В основе этой программы лежит обучение музыкально-ритмическим движениям простыми, но вместе с тем разнообразными способами (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.), использование креативных методик (игропластика) и инновационных направлений (пальчиковая гимнастика, самомассаж).

Отличительная особенность данной программы - это коррекции содержания работы на себя во взаимодействии с детьми, выявление индивидуального стиля действия.

Другая особенность – это использование в качестве музыкального сопровождения целостных произведений – в грамзаписи и при непосредственном живом исполнении. Целостный музыкальный образ передаётся разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки. Идя от простого к сложному, от детских песен к симфоническим произведениям композиторов-классиков, ребёнок постепенно приобщается к миру прекрасного, пропуская как бы через себя музыку, сложный мир чувств и образов, обыгрывая своим телом музыкальное произведения, его настроение, содержание.

### **2.1. Актуальность**

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности.

Движение и музыка, одновременно влияя на дошкольника, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память.

Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает воспитанникам понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также потребностью в разработке методических рекомендаций по преподаванию хореографии детям дошкольного возраста.

Следовательно, возникла необходимость разработать программу, которая объединяет и интегрирует в единое целое хореографическое, театральное искусство и музыку в единое целое. Поэтому главная задача педагога – помочь воспитанникам проникнуть в мир музыки и танца.

## **2.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель:** развитие творческих способностей детей через приобщение дошкольников к хореографическому искусству.

**Задачи:**

*Обучающие задачи:*

- Осваивать простейшие танцевальные движения;
- Осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений;
- Формировать интерес к хореографическому искусству;
- Приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев).

*Развивающие задачи:*

- Укреплять опорно-мышечный аппарат, формировать правильную осанку;
- Развивать двигательную и музыкально-ритмическую координацию;
- Развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
- Развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.

*Воспитывающие задачи:*

- Воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик-девочка);

- Воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;
- Воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами различных национальных культур.

### 2.3. Целевая группа

Обучающиеся от 5 лет до прекращения образовательных отношений.

#### Характеристика детей 5-6 лет

На шестом году жизни у ребёнка продолжается дальнейшее становление его личности, расширяются знания об окружающей жизни, о сферах общественно – полезной деятельности взрослых.

Ребенок постепенно социализируется, то есть адаптируется к социальной среде. Способен сосредотачиваться не только на деятельности, которая его увлекает, но и на той, которая дается с некоторым волевым усилием.

При правильно организованном педагогическом процессе большинство детей к этому возрастному периоду овладевают культурой слушания. Слушание музыки, на шестом году жизни, остаётся по - прежнему весьма привлекательным, дети многое помнят, просят повторить самое любимое. Легко различают не только первичные жанры музыки, но и виды музыкальных произведений, вникают в эмоционально – образное содержание музыки.

Дошкольники 5-6 лет могут воспринимать форму произведения, чувствовать смену характера музыки, динамику развития музыкального образца. Они выделяют большинство средств музыкальной выразительности, некоторые интонационные ходы. Интенсивно продолжают развиваться музыкально – сенсорные способности: дети могут различать выразительные отношения музыкальных звуков.

На шестом году жизни продолжается дальнейшее физическое и психическое развитие ребёнка: формируется осанка, движения становятся более свободными и выразительными, а в сюжетных играх, танцах – более осмысленными и управляемыми, слаженными, уверенными.

Дети на шестом году жизни желают овладеть игровыми навыками и танцевальными движениями, требующими ритмичности и координации исполнения, стремятся пополнить имеющийся запас игровых и танцевальных умений. Они легко ориентируются в пространстве помещения, довольно непринуждённо выполняют основные движения. Большинство детей с удовольствием включаются в творческие игровые ситуации, в свободные пляски; любят придумывать свои танцы, главным образом на основе знакомых движений.

Однако возможности детей этого возраста, безусловно, ещё несколько ограничены: в движениях не хватает пластики, полётности, выразительности. Физическое и психическое взросление влияют на музыкальность дошкольников: движения становятся более координированными, поведение



более осмысленным и управляемым самим ребёнком. Должное развитие получают основные музыкальные способности: ритмическое чувство и мелодический слух.

### **Характеристика детей 6-8 лет**

На седьмом году жизни ребёнок приобретает более глубокий кругозор, достаточный уровень интеллектуального развития и музыкального образования, т.е. обладает заметными возможностями, чтобы слушать довольно сложные музыкальные произведения. К этому времени у него имеется значительный объём музыкальных впечатлений, он знает некоторых композиторов, избирательно относится к музыке, мотивирует свой выбор.

Ребёнок способен анализировать музыкальное произведение, сравнивать, выделять, обобщать отдельные особенности музыкального языка и речи. Он может осваивать элементы музыкальной грамоты, имеет желание получать новые знания, поскольку в этом возрасте дети очень любознательны. К этому возрасту у дошкольника достаточно развит психологический механизм восприятия музыки: эмоциональная отзывчивость, музыкальный слух, память, музыкальное мышление, как обобщённое качество музыкального восприятия, способность к творчеству. Поэтому, этим и объясняется успешность детей к восприятию музыки.

Кроме того, при системном подходе к педагогическому процессу музыкального образования у большинства детей уже сформированы музыкально – сенсорные способности, так как к 7 годам достигает определённой степени зрелости функция анализаторов (слух). Это объясняется, с одной стороны, улучшением работы мозговых центров, а с другой – постоянным упражнением органов слуха.

На 7 году жизни происходит дальнейшее физическое и психическое развитие ребёнка: внимание его становится более сконцентрированным, активизируется воображение и мышление. Он свободно ориентируется в пространстве.

В этом возрасте дети достигают кульминации развития движений, в том числе и под музыку – движения делаются лёгкими, изящными, пластичными. У старших дошкольников резко возрастает способность к овладению довольно сложными по координации и темпу движениями, которые могут исполняться ими ритмично и грациозно.

В движениях под музыку дети легко ориентируются в композиции игры, в форме исполняемого танца, в характере музыки, а так же пластично передают не только изобразительные, но и выразительные особенности музыки.

К этому времени у ребят уже имеется большой объём музыкальных и двигательных навыков и происходит их дальнейшее закрепление.

Как правило, сформирована потребность в освоении новых движений, игр, плясок. Некоторые дети без напоминания со стороны взрослого стараются самостоятельно научиться новым движениям, добиваясь уверенного их исполнения, принципиально оценивают качество, как своих

действий, так и движений сверстников; в играх, танцах прекрасно владеют чувством партнёра, стремятся согласованно двигаться в паре, в хороводе.

Ребёнок на 7 году жизни инициативен и активен как в музыкально – игровом, так и в танцевальном творчестве. Дети способны подгруппой придумывать новый танец (в основном из знакомых движений), а также с удовольствием импровизируют в свободных плясках.

#### **2.4. Объем и срок освоения программы**

Программа рассчитана на 1 год реализации, в течение учебного года с 01.09.2023г. по 31.05.2024 г. Освоение программы занимает 72 часа.

#### **2.5. Уровень сложности и направленность программы**

Программа предполагает стартовый (ознакомительный) уровень сложности. Данный уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. Программа имеет художественную направленность.

#### **2.6. Формы и режим занятий**

Форма организации деятельности – групповая.

Форма обучения – очная.

Периодичность занятий – еженедельно (два раза в неделю, 8 занятий в месяц, 72 занятия в год); во второй половине дня.

Длительность одного занятия равна 1 академическому часу, составляющему в соответствии с возрастом группы – 30 минут.

Численный состав группы до 8 человек.

Структура занятия состоит из трех частей:

1часть. Включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности - 1/3 часть общего времени занятия.

2часть. Включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности - 2/3 общего времени занятия.

3часть. Включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности - 2-3 минуты. Первые несколько занятий посвящаются знакомству педагога с детьми; проведению экспресс - диагностики с целью выявления уровня развития детей, их способностей и возможностей. Для этого подбирается несколько специальных упражнений.

## 2.7. Ожидаемые результаты работы с детьми 5-8 лет

### Дети должны знать:

- Понятия и термины программных движений;
- Правила исполнения движений;
- Понятия о пространстве зала (точки зала - по методике А.Я.Вагановой);
- Правила ориентации в пространстве: построение квадрата, круга, диагонали в зале.

### Дети должны уметь:

- Соблюдать позиции ног (I, II, III), направление ног (вперед, в сторону, назад);
- Различать музыкальный размер, темп;
- Ориентироваться в пространстве зала (знать точки зала);
- Воспринимать задания и замечания педагога;
- Запоминать последовательность танцевальных движений в композиции;
- Различать размер, темп, соблюдать целостность музыкальной фразы;
- Согласовывать одновременно работу всех частей тела - корпуса, ног, рук, головы;
- Распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога с собственными движениями, музыкальным сопровождением.
- Согласованно исполнять движения в паре с партнером.
- Артистично и эмоционально исполнять танцевальные движения.

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Недел и	№ п\п занятия	Тема занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
<b>СЕНТЯБРЬ</b>					
1	Занятие 1	Вводное занятие. Первичная диагностика.	1	0,16	0,84
	Занятие 2	Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Танцевальная разминка.	1	0,16	0,84
2	Занятие 3	Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Танцевальная разминка	1	0,16	0,84
	Занятие 4	Партерная гимнастика Понятие «партер» и значение. Знакомство с элементами партерной гимнастики.	1	0,16	0,84
3	Занятие 5	Знакомство с элементами партерной гимнастики: Танцевальная разминка: постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве.	1	0,16	0,84
	Занятие 6	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве.	1	0,16	0,84
4	Занятие 7	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и выполнение хореографических этюдов.	1	0,16	0,84
	Занятие 8	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Основные понятия: музыка, темп, такт.	1	0,16	0,84
<b>ОКТЯБРЬ</b>					
5	Занятие 9	Знакомство детей с элементами танцевальных движений: ходьба:	1	0,16	0,84

		простой шаг в разном темпе и характере. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.			
	Занятие 10	Знакомство детей с элементами танцевальных движений: ходьба: простой шаг в разном темпе и характере. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	1	0,16	0,84
6	Занятие 11	Знакомство детей с элементами танцевальных движений: бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	1	0,16	0,84
	Занятие 12	Знакомство детей с элементами танцевальных движений: притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	1	0,16	0,84
7	Занятие 13	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. Построение в круг и по линиям.	1	0,16	0,84
	Занятие 14	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. Построение в круг и по линиям.	1	0,16	0,84
8	Занятие 15	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям.	1	0,16	0,84
	Занятие 16	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – подскоки.	1	0,16	0,84

		Построение в круг и по линиям.			
<b>Н О Я Б Р Ь</b>					
9	Занятие 17	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Построение в круг, по линиям в диагональ.	1	0,16	0,84
	Занятие 18	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков (sauté-cote). Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: упражнения и игры по ориентации в пространстве.	1	0,16	0,84
10	Занятие 19	Танцевальная разминка Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов 1классического танца – танцевальный бег. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков.	1	0,16	0,84
	Занятие 20	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков (sauté-cote). Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: построение в круг;	1	0,16	0,84
11	Занятие 21	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег. Постановка танцевального номера.	1	0,16	0,84
	Занятие 22	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег.	1	0,16	0,84
12	Занятие 23	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп.	1	0,16	0,84
	Занятие 24	Танцевальная разминка. Партерная	1	0,16	0,84

		гимнастика. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений.			
<b>ДЕКАБРЬ</b>					
13	Занятие 25	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Постановка танцевального номера.	1	0,16	0,84
	Занятие 26	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Постановка танцевального номера.	1	0,16	0,84
14	Занятие 27	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	0,16	0,84
	Занятие 28	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	0,16	0,84
15	Занятие 29	Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.	1	0,16	0,84
	Занятие 30	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу.	1	0,16	0,84
16	Занятие 31	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу.	1	0,16	0,84
	Занятие 32	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Составление этюдов на основе изученных танцевальных	1	0,16	0,84

		элементов.			
<b>ЯНВАРЬ</b>					
17	Занятие 33	Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	0,16	0,84
	Занятие 34	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	0,16	0,84
18	Занятие 35	Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	0,16	0,84
	Занятие 36	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Танцевальные этюды.	1	0,16	0,84
19	Занятие 37	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Постановка танцевального номера. Работа над репертуаром.	1	0,16	0,84
	Занятие 38	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	0,16	0,84
20	Занятие 39	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром.	1	0,16	0,84
	Занятие 40	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	0,16	0,83
<b>ФЕВРАЛЬ</b>					
	Занятие 41	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды.	1	0,16	0,84



21		Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.			
	Занятие 42	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	0,16	0,84
22	Занятие 43	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	0,16	0,84
	Занятие 44	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	0,16	0,84
23	Занятие 45	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	0,16	0,84
	Занятие 46	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	0,16	0,84
24	Занятие 47	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	0,16	0,84
	Занятие 48	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений с опорой на стул.	1	0,16	0,84
<b><i>МАРТ</i></b>					
25	Занятие 49	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	0,16	0,84
	Занятие 50	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	0,16	0,84
26	Занятие 51	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	0,16	0,84

	Занятие 52	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений.	1	0,16	0,84
27	Занятие 53	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений.	1	0,16	0,84
	Занятие 54	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над репертуаром.	1	0,16	0,84
28	Занятие 55	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	1	0,16	0,84
	Занятие 56	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над репертуаром.	30	0,16	0,84
<b>АПРЕЛЬ</b>					
29	Занятие 57	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Подготовка к конкурсам и концертам. Работа над репертуаром.	1	0,16	0,84
	Занятие 58	Партерная гимнастика. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над репертуаром.	1	0,16	0,84
30	Занятие 59	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Танцевальные этюды. Работа над репертуаром.	1	0,16	0,84
	Занятие 60	Партерная гимнастика. Подготовка к праздничным концертам и мероприятиям. Работа над репертуаром.	1	0,16	0,84
31	Занятие 61	Партерная гимнастика. Танцевальные	1	0,16	0,84

		этюды. Подготовка к праздничным концертам и мероприятиям. Работа над репертуаром.			
	Занятие 62	Партерная гимнастика. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над репертуаром.	1	0,16	0,84
32	Занятие 63	Партерная гимнастика. Подготовка к праздничным концертам и мероприятиям. Работа над репертуаром. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.	1	0,16	0,84
	Занятие 64	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром.	1	0,16	0,84
<i>МАЙ</i>					
33	Занятие 65	Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром.	30	0,16	0,84
	Занятие 66	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром.	30	0,16	0,84
34	Занятие 67	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром.	30	0,16	0,84
	Занятие 68	Партерная гимнастика. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над репертуаром. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.	30	0,16	0,84
35	Занятие 69	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром. Творческие задания на создание индивидуальных	30	0,16	0,84

		танцевальных композиций			
	Занятие 70	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром	30	0,16	0,84
36	Занятие 71	Подготовка к отчетному концерту	30	0,16	0,84
	Занятие 72	Итоговое занятие. Педагогическая диагностика.	30	0,16	0,84
<b>36 недель</b>	<b>ИТОГО часов:</b>		<b>72 ч.</b>	<b>11,52ч.</b>	<b>60,48 ч.</b>

### 3.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

<b>СЕНТЯБРЬ</b>		
<b>Тема</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>Занятие 1-2</b>	Инструктаж по технике безопасности в танцевальном кабинете. Введение в программу.	Первичная диагностика. Беседа.
<b>Занятие 3-4</b>	Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Элементы танцевальных движений. Ориентировка в пространстве.	Постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы; упражнения для корпуса; Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами
<b>Занятие 5-6.</b>	Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве.	Постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы; упражнения для корпуса;
<b>Занятие 7-8</b>	Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:	Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой; топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой; хлопки; упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)
<b>О К Т Я Б Р Ь</b>		
<b>Занятие 9-10</b>	Ознакомление детей танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве	Упражнения и игры по ориентации в пространстве; построение в круг; построение в линию; построение в две линии.
<b>Занятие 11-12</b>	Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве	Упражнения и игры по ориентации в пространстве; построение в круг; построение в линию; построение в две линии.
<b>Занятие 13-14</b>	Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Понятие «партер» и значение.	Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.
<b>Занятие</b>	Партерная гимнастика.	Ознакомление с элементами

<b>15-16</b>	Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.	партерной гимнастики: упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития растяжки; упражнения для позвоночника.
<b>Н О Я Б Р Ь</b>		
<b>Занятие 17-18</b>	Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.	Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса
<b>Занятие 19-20</b>	Правильное распределение нагрузки.	Упражнения на подвижность связок и суставов.
<b>Занятие 21-22</b>	«Партерная гимнастика плюсы и минусы»	Упражнения на эластичность и растяжку мышц.
<b>Занятие 23-24.</b>	Как правильно растягивать мышцы и не навредить здоровью. Методика исполнения основных движений. Правила выполнения упражнений. Последовательность.	Упражнения для выработки силы, выносливости и координации движений. Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:
<b>Д Е К А Б Р Ь</b>		
<b>Занятие 25-26</b>	«Для чего нужны данные упражнения»	Упражнения на координацию движений.
<b>Занятие 27-28</b>	Методика исполнения основных движений. Правила выполнения упражнений. Последовательность	Упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу; упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз; упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх.
<b>Занятие 29-30</b>	Правильная и полезная кардионагрузка.	Упражнения с предметами. Упражнения на выносливость.
<b>Занятие 31-32</b>	«Силовые упражнения. Правильность исполнения движений на полу»	Упражнения на силу, ловкость и быстроту движений. Упражнения с предметами. Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки.
<b>Я Н В А Р Ь</b>		

<b>Занятие 33-34</b>	Для чего нужна правильная осанка и как развивать танцевальный шаг.	Упражнения на формирование правильной осанки и координации движений, развитие танцевального шага и растяжку мышц. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов. Упражнения на развитие полученных навыков игры с мячом.
<b>Занятие 35-36</b>	Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.	Сочинение с детьми танцевальных этюдов
<b>Занятие 37-38</b>	Характер движений, манера исполнения.	Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание музыкальных загадок.
<b>Занятие 39-40</b>	Характер движений, манера исполнения.	Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание музыкальных загадок.
<b><i>Ф Е В Р А Л Ь</i></b>		
<b>Занятие 41-42</b>	Польза упражнений на развитие гибкости.	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
<b>Занятие 43-44</b>	Для чего необходима выворотность?	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела
<b>Занятие 45-46</b>	Беседа о пользе системы специально подобранных физических упражнений, применяемых для укрепления здоровья.	Упражнения на развитие танцевального шага. Танцевальные этюды на полу.
<b>Занятие 47-48</b>	«Что такое импровизация?»	Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.
<b><i>М А Р Т</i></b>		
<b>Занятие 49-50</b>	«Что такое импровизация?»	Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание

		музыкальных загадок.
<b>Занятие 51-52</b>	«Что такое импровизация?»	Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание музыкальных загадок.
<b>Занятие 53-54</b>	Знакомство с новыми элементами партерной гимнастики: образные движения.	Упражнения для выработки силы, выносливости и координации движений.
<b>Занятие 55-56</b>	Знакомство с новыми элементами партерной гимнастики: образные движения.	Упражнения для выработки силы, выносливости и координации движений
<b><i>А П Р Е Л Ь</i></b>		
<b>Занятие 57-58</b>	Методика исполнения основных движений.	Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов; сочинение с детьми танцевальных этюдов; ознакомление детей с играми.
<b>Занятие 59-60</b>	Методика исполнения основных движений.	Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов; сочинение с детьми танцевальных этюдов; ознакомление детей с играми.
<b>Занятие 61-62</b>	«Как не перегрузить мышцы».	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Упражнение на улучшение гибкости позвоночника, коленных суставов.
<b>Занятие 63-64</b>	Вопросы и задания по разделам программы.	Опрос по пройденному материалу. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений.
<b><i>М А Й</i></b>		
<b>Занятие 65-66</b>	Вопросы и задания по разделам программы.	Опрос по пройденному материалу. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся.
<b>Занятие 67-68</b>	Вопросы и задания по разделам программы.	Опрос по пройденному материалу. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных



		комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся.
<b>Занятие 69-70</b>	Методика исполнения основных движений. Правила выполнения упражнений. Последовательность	Импровизационные этюды. Упражнения для выработки силы, выносливости и координации движений.
<b>Занятие 71</b>	Правильное исполнение данного блока упражнений.	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.
<b>Занятие 72</b>	Итоговое занятие	Исполнение композиций Пожеланию детей.

#### **4. СРЕДСТВА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОГРАММЫ**

Педагогическая диагностика (мониторинг) проводится 2 раза в год: стартовая – в сентябре, итоговая – в мае. Мониторинг степени освоения детьми основ хореографии по следующим показателям:

- Чувство ритма.
- Координация движений
- Музыкально - ритмическая координация
- Артистичность.
- Двигательная память.
- Импровизация
- Выразительность движений
- Физические данные.

Для выявления каждого показателя применяется несколько заданий, игровых упражнений.

Оценка проявлений детей производится по каждому показателю и осуществляется по 3-бальной системе (высокий уровень - 3 балла, средний - 2 балла, низкий - 1 балл).

Выявление уровня физических возможностей детей проводится по усмотрению педагога для отслеживания эффективности работы.

##### **Уровни освоения программы детьми старшего возраста 5-8 лет.**

*Низкий уровень:* Ребенок не качественно выполняет сложные упражнения. Не всегда узнает знакомую музыку. Имеет слабые двигательные навыки. Плохо ориентируется в пространстве при исполнении танцев и перестроении. Не принимает активного участия в импровизации танцевальных движений. Отсутствует творческая активность. Задания на импровизацию выполняет без увлечения и интереса.

*Средний уровень:* Ребенок понимает средства музыкальной выразительности, умеет проанализировать музыку. Узнает интонацию того или иного музыкального произведения, но не уверен в своих знаниях. Затрудняется проявлять активность на праздниках, концертах. Иногда ошибается при выполнении танцевальных движений музыкально-ритмических композициях. Осуществляет самоконтроль в движениях. Охотно выполняет задания на импровизацию.

*Высокий уровень:* Ребенок уверенно, точно, с большим напряжением в заданном темпе и ритме выразительно выполняет упражнения. Проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату. Интерес к музыкально-ритмическим упражнениям высокий. У ребенка развита культура слухового восприятия, музыкально эрудирован, высоко развиты двигательные навыки, умеет точно выполнять танцевальные движения в хореографических композициях. Хорошо ориентируется в пространстве.

Способен творчески составить не сложные комбинации из знакомых упражнений.

## **Тесты для определения специальных хореографических данных**

### **1. Определение выворотности ног**

- а) определение выворотности ног в коленных и голеностопных суставах (demi-plie);
- б) определение выворотности ног в тазобедренном суставе (grand- plie);
- в) «лягушка» — определение выворотности ног в тазобедренном суставе.

### **2. Определение свода и подъёма стопы.**

Осторожными усилиями рук педагог проверяет гибкость стопы. При наличии подъёма стопы податливо изгибается.

### **3. Высота прыжка**

Прыжки выполняются несколько раз подряд. Следует обращать внимание на эластичность ахиллова сухожилия, силу толчка и мягкость приземления.

### **4. Гибкость тела**

Гибкость – это степень прогиба назад и вперёд. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется:

- а) проверка гибкости тела назад;
- б) проверка гибкости тела вперёд;
- в) проверка гибкости позвоночного столба и эластичности подколенных связок.

### **5. Высота шага**

Его высота определяется при выворотном положении ног в трёх направлениях: в сторону, вперёд и назад. Необходимо обращать внимание на то, насколько легко поднимается нога:

- а) определение высоты шага и сторону;
- б) определение высоты шага назад.

## 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 5.1. Кадровые условия

Для реализации программы привлекается 1 педагогический работник, имеющий высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогические науки» без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогические науки» без предъявления требований к стажу работы; дополнительное образование: курсы повышения квалификации в соответствии с профилем программы.

### 5.2. Материально – технические условия

Занятия проводятся в музыкальном зале.

<b>Оснащение помещения (мебель, специальное оборудование)</b>	<b>Материалы для работы с детьми (канцелярские товары, специализированные принадлежности)</b>
Музыкальный центр	Пачки гипюровые
Ноутбук	Гимнастические топы
Набор проекционного оборудования	Фонотека классической музыки
Стеллажи для хранения	Фонотека современной детской музыки
Комплект светового оборудования для актового зала	Зинаида Рюот: Мультимедийное приложение к пособию Танцы для детей. Польки, вальсы, хороводы. ФГОС ДО
<b>Комплект звукового оборудования</b>	<b>Настольные игры по развитию речи:</b> 1.«Играя учись логопедическое лото. Говори правильно Ш». настольные игры Олеси Емельяновой. 2008. ; 2.«Играя учись логопедическое лото. Говори правильно Щ» настольные игры Олеси Емельяновой. 2008. 3.«Играя учись логопедическое лото. Говори правильно С». настольные игры Олеси Емельяновой. 2008. 4. «Играя учись логопедическое лото. Говори правильно Л». настольные игры Олеси Емельяновой. 2008. 5. Я учу буквы. Развивающая игра для детей от 3 лет. «Десять гласных подружек».

### 5.3. Учебно – методические условия

#### Программы

Коренова Т.Ф. Парциальная программа «В мире музыкальной драматургии». – М.: Русское слово, 2019. – 148 с.

Адеева Л.М. Пластика. Ритм. Гармония. Самостоятельная работа учащихся для приобретения хореографических навыков. Учебное пособие. - СПб.: "Композитор", 2010. - 52 с.

#### Методические пособия

Очнева Е.И., Лохматова Л.В. Музыка в движении, движение в музыке. Игровое взаимодействие взрослых и детей. – М.: Сфера, 2019. – 112 с.

Чапурина В.Ю. Музыкально-игровые занятия с детьми дошкольного возраста "Мы играем с песенкой". – М.: Владос, 2018. – 55 с.

Тверская О.Н., Каменских Е.В. Интегрированные музыкально-логоритмические занятия для детей старшего дошкольного возраста. С 5 до 7. ФГОС. – М.: Детство – Пресс, 2020. – 112 с.

Фирелева Ж.Е., Рябчиков А.И. Танцы и игры под музыку для дошкольного возраста. Учебно-методическое пособие. – М.: Планета музыки, 2018. – 160 с.

Козлов Н.И. Пластическая выразительность как один из определяющих компонентов в создании художественного образа. - СПб.: «Композитор», 2010.

Уфимцева А. Видео мастер – класс «Основные принципы постановочной работы с малышами»

Кейхель М. Видео мастер – класс «Подготовка к современному танцу детей 6-7 лет»

#### Демонстрационный и раздаточный материал

Плакат «Позиции в танцах: уроки хореографии.»

## 6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адеева Л.М. Пластика. Ритм. Гармония. Самостоятельная работа учащихся для приобретения хореографических навыков. Учебное пособие. - СПб.: "Композитор", 2010. - 52 с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
3. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
4. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на – Дону «Феникс» 2003г.
5. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
6. Иванов В. А. Основы хореографии / В. А. Иванов. — М., 2002г.
7. Козлов Н.И. Пластическая выразительность как один из определяющих компонентов в создании художественного образа. - СПб.: «Композитор», 2010.
8. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. – М.: Гном-Пресс, 2000 г. – 64 с.
9. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г. Интернет-ресурсы
- 10.Рябчиков А. И. Словарь терминов гимнастики и основ хореографии. М.: