

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №172»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ОБУЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИИ»  
(для детей 5-6 лет)

на 2024-2025 учебный год

Начато: 16 сентября  
Окончено:

Хранить: 5 лет

РАССМОТРЕНО и ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
протокол №1 от «22» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
заведующий  
МБДОУ «Детский сад №172»  
А. А. Новикова  
Приказ №161-од от 22.08.2024



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ОБУЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИИ»

Направленность: художественная  
Срок реализации: 8 месяцев  
Возраст обучающихся: 5-6 лет  
Автор-составитель:  
Котенко Ярослава Петровна

БАРШАУ.І, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.	Комплекс основных характеристик программы	4
1.1	Пояснительная записка	4
1.2	Цель и задачи программы	5
1.3	Содержание программы	6
1.4	Принципы и подходы к формированию программы	9
1.5	Планируемые результаты	10
2.	Комплекс организационно-педагогических условий	11
2.1	Календарный учебный план	11
2.2.	Календарный учебный график	14
2.3.	Условия реализации программы	15
2.4.	Формы аттестации	15
2.5.	Методические материалы	15
3.	Список литературы	17
	Приложение №1	19
	Приложение №2	22
	Лист изменений и дополнений	24

## **1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Программа «Обучении хореографии» для детей 5-6 лет, является неотъемлемой частью дополнительной общеобразовательной программы муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детского сада №172». - Устава МБДОУ «Детский сад №172».

**Направленность Программы:** художественная.

**Новизна Программы:** в данной программе совмещены и сбалансированы не только упражнения для формирования танцевальной техники и постановка танцевальных номеров, но и танцевально-игровые средства обучения, а так же импровизационные задания. Такой подход развивает как физические данные обучающихся, так и творческие способности, творческую инициативу.

**Актуальность Программы:** в настоящее время со стороны родителей и детей спрос на образовательные услуги в области хореографии очень высок. Алтайский край славится своими хореографическими коллективами по всей России и за рубежом. Чаще всего дети начинают заниматься хореографией уже в младшем дошкольном возрасте. Родители считают, что ребенок, который умеет танцевать, лучше развивается физически, чувствует себя более уверенно в различных видах деятельности, не стесняется показывать свои достижения другим людям. Обучение хореографии в детском саду позволяет подготовить ребенка к дальнейшему обучению в хореографической студии, сформировать состояние успеха и желание развиваться в области танцевального искусства.

**Отличительные особенности Программы:** в программе сформирован акцент на обучение игровым методом. Такие темы программы как: «Танцевальные образы», «Танцевальные игры», позволяют через игру развивать физические и творческие способности. Так же многие упражнения из темы «Формирование танцевальной техники» основаны на игровом методе, будь то название движения или форма его выполнения. В танцевальных постановках и в сопровождении танцевальных упражнений используется чаще всего современная детская музыка, та, которую дети слушают дома, которая им нравится, которая сопровождает современные мультфильмы и детские телепередачи.

**Адресат Программы:** программа рассчитана на обучение воспитанников с 5 до 6 лет.

**Объем и срок освоения Программы:** программа рассчитана на 9 месяцев обучения, всего 67 учебных часа.

**Особенности организации образовательного процесса:** форма занятий – групповая. Группа по возрасту 5-6 года, количественный состав – от 10 человек.

**Консультации для родителей:** каждые понедельник и среда с 16.00 до 17.00. Проводятся индивидуально в режиме «вопрос-ответ».

Знание возрастных особенностей детей даёт возможность находить более эффективные способы управления психическими процессами ребёнка, в том числе и в процессе обучения хореографии.

В дошкольном периоде дети различных возрастов значительно отличаются по своему развитию. Поэтому в дошкольный период обучения хореографии дети

делятся на группы в соответствии с возрастом воспитанников: от 3 до 4 лет, от 4 до 5 лет, от 5 до 6 лет, от 6 до 7 лет.

### **Возрастные особенности детей 5- 6 лет**

Дети 5-6 лет находятся в переходном периоде — от раннего детства к дошкольному. Еще сохраняются черты, характерные для предыдущего возрастного периода, но уже происходит переход от наглядно-действенного мышления к наглядно-образному, укрепляется организм, улучшаются функции мышечно-двигательного аппарата. У детей появляется желание танцевать и активно действовать. Умение выполнять несложные движения под музыку дает ребенку возможность более самостоятельно двигаться, выполнять элементарные танцевальные движения, что доставляет им большую радость. Возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие танцевальных движений пока невелики. Тем не менее, улучшение памяти проявляется в способности запомнить и исполнить значительный ряд движений в простой последовательности и в комбинациях. На занятиях с детьми от 5 до 6 лет педагог принимает активное участие, находясь в непосредственной близости от детей и вместе с ними, как в танцах, так и в упражнениях. Дети в этот период уже накопили определенный двигательный опыт, они начинают проявлять больше самостоятельности в исполнении танцев, а так же проявляют инициативу к танцевальному творчеству

### **1.2. Цель и задачи Программы**

**Цель Программы:** создание оптимальных условий для всестороннего развития личности дошкольника средствами танцевальных движений и танцевально-игровых упражнений, пробуждение в детях стремления к творчеству, интереса к музыкальному и хореографическому искусству.

#### **Задачи:**

##### Образовательные:

- Познакомить воспитанников с миром хореографического искусства, его историей.
- Изучить основные понятия и термины.
- Научить ориентироваться в разнообразии танцевальных жанров.

##### Развивающие:

- Укреплять здоровье: способствовать формированию правильной осанки, развитию опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, совершенствованию работы органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма воспитанника.

- Создавать необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой для выполнения танцевальных движений.

- Совершенствовать психомоторные способности дошкольников: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые качества, координационные способности; содействовать развитию чувства ритма,

музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой, развивать ручную умелость и мелкую моторику.

- Развивать творческие способности в области хореографии: мышление, воображение.

Личностные:

- Воспитывать у детей чувство музыкального и художественного вкуса в мире музыки и танца.

- Формировать у детей любовь к искусству музыки и танца, трудолюбие и чувство товарищества, целеустремленность в достижении поставленной цели, инициативу и уверенность в себе, даже если воспитанник не обладает выдающимися хореографическими данными.

- Учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

- Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи.

Метапредметные:

- Развивать навыки самостоятельного выражения движений под музыку.

- Развивать познавательную активность, интерес к хореографическому искусству

### 1.3. Содержание Программы.

**Особенность обучения по Программе:** в работе с дошкольниками теория напрямую связана с практикой. При знакомстве обучающихся с новым видом танца, движением, упражнением, и др. после теоретического объяснения необходимо сразу переходить к практическим действиям. Теория является сопровождением практического процесса непрерывно на протяжении всего учебного периода. Специфика хореографии предполагает повторяемость материала, его цикличность с постепенным усложнением элементов в каждом последующем учебном цикле. В связи с этим, темы в разных возрастных группах почти не меняются, меняется лишь степень сложности исполнения.

#### Учебный план по обучению хореографии детей 5-6 лет

**Цель:** способствовать физическому и творческому развитию обучающихся, сформировать у обучающихся желание и способность к волевым усилиям в процессе освоения новых движений и танцев.

**Задачи:-** познакомить с основными теоретическими понятиями;

- научить ориентироваться в основных композиционных построениях;

- научить согласовывать танцевальные движения в парном танце;

- учить танцевать синхронно со всей группой;

- сформировать навыки простой танцевальной импровизации;

- способствовать формированию интереса к самостоятельному исполнению танцевальных движений и комбинаций.

**Основные термины:** танец, поклон, разминка, круг, линия, диагональ, разброс, танцевальный шаг, танцевальный бег, стречинг, подтянутость, прыжок, осанка, атрибут, подъем, образ, жест, композиция.

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			Формы аттестации/контроля
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	2	1	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники.	20	2	18	
Тема 3. Постановка танцев.	36	2	34	фото и видеоотчет
Тема 4. Танцевальные образы.	30 упражнений в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Тема 5. Танцевальные игры.	15 игр в течение учебного периода, в завершающей части занятия			
Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.	9	0	9	творческий отчет
Итого за период	67	5	62	

### Содержание учебного плана для возрастной группы 5-6 лет.

#### Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием, «образ», «жест», «танец», «приветствие-поклон». Показывая разминку рассказать о строении нашего тела и пояснить, что мы разминаем каждым движением.

Практика.

Приветствие-поклон

Движения для разминки.

#### Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

Объясняем что развиваем каждым упражнением. Объясняем строение тела, названия его частей. Познакомить с понятием «диагональ».

Объяснить, что значит выражение «выразительно выполнять движения», учить выполнять движения слаженно всеми частями тела.

Практика.

- Упражнения для выработки правильной постановки корпуса:

«Солдатык»

«Ах, ладошки, вы, ладошки!»

«Дощечка»

- Стречинг

- Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе:

«Стойкий оловянный солдатик»

«Карусель»

«Лодочка»

Описание упражнений и стретчинга см. Приложение №1.

- Усложнение движений разминки, закрепление.

- Танцевальные шаги: с высоким поднятием бедра, на полупальцах, переменный шаг, приставной шаг вперед-назад и вправо-влево и др. По мере усвоения добавляем к шагам движения рук, согласно используемой музыке.

- Танцевальный бег: на полупальцах, с высоким поднятием бедра, подскоки, галоп.

- Движения по диагонали.

- Танцевальные прыжки.

- Элементарные композиционные перестроения по ходу занятия, а так же в танцевальных номерах.

### **Тема 3. Постановка танцев.**

Теория.

Познакомить воспитанников с понятием «музыка+танец». Учим детей иллюстрировать музыку в танце, рассказывать движением то, о чем поется в песне.

Практика.

Соединение движений в небольшие танцевальные комбинации. Соединение комбинаций в танец с простыми перестроениями. Подготовка танцевальных зарисовок для танцевальных постановок.

Танцевальный репертуар: «Я-ракета!», «Хочу танцевать», «В лесу родилась ёлочка», «Ты и я», «В японском стиле», «Моя Россия», «Супер-стар», «Ты круче всех».

### **Тема 4. Танцевальные образы.**

Теория.

Выполняем по одному-два образа на занятии, объясняем как правильно делать, что мы развиваем выполняя тот или иной образ.

Практика.

«Загораем»

«Насос»

«Грибочки»

«Всадник»

«Часики»

«Пора вставать»

«Цветочек»

«Дельфин»

«Клоуны»

«Мостик»

«Гуляем в лесу»



«Дирижер»  
«Аленький цветочек»  
«Волна»  
«Коробочка»  
«Винтик»

Описание см. Приложение №1.

### **Тема 5. Танцевальные игры.**

Теория.

Объясняем правила игры, цель и что развиваем играя.

Практика.

«Тихо-громко»  
«Зеркало»  
«Гонка мяча по кругу»  
«Танцевальное эхо»  
«Автомобили»  
«Создай образ»  
«Гулливер и лилипуты»  
«Погода»

Описание игр см. Приложение №1.

### **Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.**

Теория.

Повторить основные термины: «чувство ритма», «характер движения», «выразительность движения».

Практика.

Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства.

Укрепить чувство ритма, темпа исполнения элементов, повысить выразительность, закрепить технику исполнения. Научить чередовать характер движения: быстро-медленно, четко-плавно.

Выстроить занятие композиционно, изучить порядок выполнения частей открытого занятия, перестроения по его ходу, повысить индивидуальное качество исполнения упражнений и танцевальных движений.

Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие. Разминка. Танцевальные шаги и бег по диагонали. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальные номера. Поклон.

#### **1.4. Принципы и подходы к формированию программы**

- Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка, его личности.

- Принцип единства воспитательных, развивающих и образовательных целей, в процессе реализации которых учитываются интересы и способности воспитанников.

- Принцип научной обоснованности и практической применимости.

- Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Этот принцип дает возможность развивать в единстве эмоциональную, познавательную и практическую сферы личности ребенка.

- Принцип гуманизации – признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка.

- Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе занятий.

- Принцип вариативности. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и эмоциональное напряжение.

- Принцип наглядности. Это яркий показ преподавателем танцевальных движений и упражнений.

- Принцип доступности. Все танцевальные движения и упражнения разучиваются от простого к сложному, учитывая степень подготовленности ребенка.

### **1.5. Планируемые результаты**

В соответствии с поставленными целями и задачами программы по обучению хореографии после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты в соответствии с возрастной группой воспитанников.

#### **К концу обучения в возрастной группе 5-6 лет воспитанник:**

- будет способен к волевым усилиям в процессе освоения новых движений и танцев;

- будет знать основные понятия: экзерсис, партер, композиция, сюжет, парный танец, ритм;

- будет ориентироваться в основных композиционных построениях: диагональ, змейка, улитка, разноброс;

- будет понимать композицию танца, перестраиваясь и выполняя танцевальные движения;

- будет уметь согласовывать танцевальные движения в парном танце;

- будет иметь представление об основных позициях ног и рук, ориентироваться в них;

- будет стремиться танцевать синхронно со всей группой, под заданный музыкой ритм, координировать одновременно движения рук, ног и корпуса;

- получит первоначальные навыки простой танцевальной импровизации.

У обучающегося:

- будет сформирован интерес к разнообразию направлений хореографического искусства;

- будет развит интерес к групповому исполнению;

- будет проявлять ярко выраженный интерес к самостоятельному исполнению танцевальных движений и комбинаций.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный план

#### Календарный учебный план для детей группы 5-6 лет

Наименование услуги	Возрастная группа	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятия в день	Количество занятий в месяц									Количество занятий в год с 16.09.2024 по 21.05.2025
				сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	
Обучение хореографии	5-6 лет	2	25 мин	5	9	7	8	6	8	9	9	6	67

#### Календарный тематический план по обучению хореографии для детей 5-6 лет

№п/п	число	форма занятия	тема занятия	форма контроля
1	16.09	вводное занятие	Знакомство. Занятие инструктаж по технике безопасности. Знакомство с построением урока. Изучаем поклон, разминку.	
2	18.09		Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
3	23.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык». Упражнение для стоп. Танцевальный образ «Загораем».	
4	25.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Ах, ладошки, вы, ладошки!». Упражнение для развития силы мышц «Стойкий оловянный солдат». Танцевальный образ «Насос».	
5	30.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса. Упражнение для развития силы мышц «Стойкий оловянный солдат». Танцевальный образ «Загораем».	
6	02.10	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение для стоп. Упражнение для развития силы мышц «Карусель». Танцевальный образ «Насос».	
7	07.10	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение для стоп. Упражнение для развития силы мышц «Карусель». Танцевальный образ «Грибочки».	
8	09.10	тренировка	Поклон. Разминка Танцевальные шаги по диагонали: с высоким поднятием бедра, на полупальцах, переменный. Танцевальный образ «Грибочки».	
9	14.10	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги по диагонали. Танцевальный бег по кругу: на полупальцах, с высоким поднятием бедра, галоп. Танцевальный образ «Всадник».	

10	16.10	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение упражнений для корпуса и силы мышц, повторение танцевальных шагов и бега.	
11	21.10	тренировка	Поклон, разминка. Повторение упражнений для постановки корпуса, для стоп. Танцевальные шаги и бег.	
12	23.10	тренировка	Поклон, разминка. Упражнения для мышц и суставов. Элементарный стретчинг. Танцевальный образ «Насос».	
13	28.10	репетиция	Поклон. Разминка. Танец для развития движений рук «Я-Ракета!». Танец для развития движений ног «Хочу танцевать».	
14	30.10	репетиция	Поклон. Разминка. Танец для развития движений рук «Я-Ракета!». Танец для развития движений ног «Хочу танцевать».	
15	06.11	тренировка	Поклон. Разминка. Основные композиционные построения: круг, линия, колонна, разnobрос, шахматное и квадратное построение. Танцевальный образ «Цветочек».	
16	11.11	тренировка	Поклон. Разминка. Закрепление построений с помощью карточек. Перестроения в танце: из линий в круг, колонну и обратно, из разnobроса в любое построение. Танцевальный образ «Цветочек».	
17	13.11	репетиция	Поклон. Разминка. Танец для развития движений рук «Я-Ракета!». Танец для развития движений ног «Хочу танцевать».	
18	18.11	репетиция	Поклон. Разминка. Танец перестроений «Ты и я». Танцевальная игра «Тихо-громко».	
19	20.11	репетиция	Поклон. Разминка. Танец перестроений «Ты и я». Танцевальная игра «Тихо-громко».	
20	25.11	репетиция	Поклон. Разминка. Танец перестроений «Ты и я». Танец «В лесу родилась ёлочка».	
21	27.11	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «В лесу родилась ёлочка». Танцевальная игра «Зеркало».	
22	02.12	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «В лесу родилась ёлочка». Танцевальная игра «Зеркало».	
3	04.12	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «В лесу родилась ёлочка». Танцевальный образ «Клоуны».	
24	09.12	тренировка	Поклон. Усложнение разминки, добавление новых элементов. Элементарный стретчинг – выстраивание танцевальной композиции «Морские фигуры».	
25	11.12	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танцевальная композиция «Морские фигуры» - стретчинг. Танцевальная игра по выбору детей.	
26	16.12	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танцев «Я-ракета!», «Хочу танцевать». Танцевальный образ «Всадник».	
27	18.12	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танца «Ты и я». Танцевальный образ «Насос».	
28	23.12	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танца «В лесу родилась ёлочка». Танцевальный образ «Загораем».	
29	25.12	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение ранее изученных танцев	
30	13.01	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса. Упражнения для стоп. Упражнения для	фото и видеотчет

			развития силы мышц. Танцевальная игра по выбору детей.	
31	15.01	репетиция	Поклон. Разминка. Танец для развития движений рук «Я-Ракета!». Танец для развития движений ног «Хочу танцевать». Танцевальный образ по выбору детей.	фото и видеоотчет
32	20.01	репетиция	Поклон. Разминка в усложненном варианте. Танец перестроений «Ты и я». Танцевальная игра по выбору детей.	фото и видеоотчет
33	22.01	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «В лесу родилась ёлочка». Стречинг «Морские фигуры». Танцевальный образ по выбору детей.	фото и видеоотчет
34	27.01	вводное занятие	Поклон. Разминка. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по обучению хореографии. Танцевальная игра по выбору детей.	
35	29.01	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Упражнение на развитие силы мышц «Лодочка». Танцевальный образ «Клоуны».	
36	03.02	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги, танцевальный бег. Подскоки. Танцевальная игра «Музыкальное настроение».	
37	05.02	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных построений и перестроений. Стречинг. Танцевальный образ «Мостик».	
38	10.02	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Упражнение на махи ногами «От винта».	
39	12.02	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «В японском стиле».	
40	17.02	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «В японском стиле». Танцевальная игра «Гонка мяча по кругу».	
41	19.02	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «В японском стиле». Танцевальный образ «Гуляем в лесу».	
42	24.02	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «В японском стиле». Танцевальный образ «Всадник».	
43	26.02	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Моя Россия». Танцевальный образ «Мостик».	
44	03.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Моя Россия». Танцевальный образ «Гуляем в лесу».	
45	05.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Моя Россия». Танцевальная игра «Танцевальное эхо».	
46	10.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Моя Россия». Танцевальный образ «Мостик».	
47	12.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Супер-стар». Танцевальная игра «Автомобили».	
48	17.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Супер-стар». Танцевальный образ «Дирижер».	
49	19.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Супер-стар». Танцевальная игра «Создай образ».	
50	24.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Супер-стар». Танцевальная игра «Танцевальное эхо».	
51	26.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Ты круче всех». Танцевальная игра «Гулливер и лилипуты».	

52	31.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Ты круче всех». Танцевальная игра «Погода».	
53	02.04	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Ты круче всех». Танцевальный образ «Аленький цветочек».	
54	07.04	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Ты круче всех». Танцевальный образ «Волна».	
55	09.04	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танца «В японском стиле». Танцевальный образ «Коробочка».	
56	14.04	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танца «Моя Россия». Танцевальный образ «Коробочка».	
57	16.04	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танца «Супер-стар». Танцевальный образ «Клоуны».	
58	21.04	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танца «Ты круче всех». Танцевальный образ «Насос».	
59	23.04	тренировка	Подготовка творческого отчета. Усложнение поклона, закрепление разминки. Формирование танцевальной техники в упражнениях для творческого отчета.	
60	28.04	тренировка	Подготовка творческого отчета. Повтор основных упражнений. Упражнение на махи ногами «От винта». Стречинг «Морские фигуры».	
61	30.04	репетиция	Подготовка творческого отчета. Повторение ранее изученных танцев.	
62	05.05	репетиция	Подготовка творческого отчета. Повторение ранее изученных танцев.	
63	07.05	репетиция	Подготовка творческого отчета. Повторение ранее изученных танцев.	
64	12.05	репетиция	Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока.	
65	14.05	репетиция	Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока.	
66	19.05	репетиция	Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока. Выбор танцевальных образов совместно с детьми.	
67	21.05		Творческий отчет.	творческий отчет

## 2.2. Календарный учебный график

Продолжительность учебной недели	2 дня с 17.00-19.00
Время работы Учреждения	12 часов
Нерабочие дни	Суббота, воскресенье, праздничные дни
Начало учебного года	16.09.2024
Окончание учебного года	21.05.2025
Продолжительность учебного года	36 недель
Количество занятий в неделю/год	2/67

Праздничные дни	День народного единства- 04.11.2024 –1 день Новогодние праздники-30.12.2024- 08.01.2025- 10 дней День защитников Отечества - 22.02.2025 – 23.02.2025–2 дня Международный женский день - 08.03.2025 – 09.03.2025-2 дня Праздник Весны и Труда - 01.05.2025- 04.05.2025- 4 дня День Победы-08.05.2025-11.05.2025-4 дня
Консультации для родителей	Понедельники и среды с 16.00 до 17.00

### 2.3. Условия реализации Программы

#### Материально-техническое обеспечение Программы:

Учебно-материальная база:

- музыкальный или спортивный зал;
- музыкальный центр;
- аудиозаписи, соответственно плану Программы;
- видеозаписи для ознакомления с миром танца;
- атрибуты и костюмы для танцевальных номеров соответственно количеству обучающихся.

обучающихся.

Для успешного освоения движений и организации учебного процесса, на занятиях вводится специальная танцевальная форма:

- Для девочек: белая футболка и черные шорты. Белые балетки или чешки, белые носки. Волосы собраны.
- Для мальчиков: белая футболка, черные шорты, черные балетки или чешки, белые носки.

### 2.4. Формы аттестации

Формы аттестации по дополнительной образовательной Программе «Обучение хореографии» для обучающихся возрастной группы 5-6 лет:

- формирование подробного фото и видеотчета по всем темам программы в декабре месяце;
- проведение открытого занятия в форме творческого отчета в конце учебного периода.

### 2.5. Методические материалы

#### Особенности организации образовательного процесса

В начале работы с младшими дошкольниками уделяется внимание освоению образно-игровых движений.

Постепенно исполнение различных двигательных упражнений приобретает более дифференцированный характер.

Важно обращать внимание детей на характер исполнения «вхождение в образ», на необходимость после окончания звучания какое-то мгновение выдержать паузу, ощутить пережитое в музыке.

Процесс разучивания танцевальных композиций основан на сотрудничестве детей и взрослого. Сам педагог стремится получить удовлетворение от музыки, движений, от общения с детьми. Это способствует эмоциональному «заряжению», установлению теплой, дружественной атмосферы на занятиях, снятию психологических комплексов, чувства неуверенности.

В процессе изучения нового материала наиболее актуальными являются:

- а) заинтересовывание новой композицией;
- б) максимальная концентрация внимания детей;
- в) активизация детей с учетом индивидуальных особенностей.

После освоения основных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. Определяя танцевальную композицию для любой возрастной группы, необходимо проанализировать следующие параметры:

- координационную сложность движений;
- объем движений;
- переключаемость движений;
- интенсивность нагрузки.

Целостный процесс обучения танцевальному движению можно условно разделить на три этапа:

Начальный этап - обучение упражнению, отдельному движению.	Этап углубленного разучивания упражнений, движений.	Этап закрепления и совершенствования упражнения, движения.
-название движения; - показ; - объяснение техники; - опробование движений.	- уточнение двигательных действий; - понимание закономерностей движения; - совершенствование ритма; - свободное и слитное выполнение движения; -закрепление двигательного навыка	-выполнение движений более высокого уровня; - использование движения в комбинации с другими движениями; - формирование индивидуального стиля.

Общие методические рекомендации по ведению занятий см. Приложение №2.

### **Методы обучения:**

- словесный - устное изложение, беседа и т. д.;
- наглядный - показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом;
- практический – выполнение движений, упражнений;
- метод сотворчества – педагог побуждает детей к придумыванию своих танцевальных движений для танцев.

### **Формы организации образовательного процесса:**

- групповая – от 10 человек;
- индивидуальная – при возникновении сложностей с разучиванием элементов и комбинаций;
- ансамблевая – постановочная работа;



- игровая – при выполнении танцевальных игр, творческих заданий, танцевальных образов.

**Формы организации учебного занятия:**

- тренировочное – выполнение упражнений на формирование танцевальной техники;

- репетиция – постановка танцевальных номеров для выступлений;

- творческое занятие – выполнение творческих индивидуальных и групповых заданий.

**Алгоритм учебного занятия:** во всех возрастных группах одинаков, так как предмет хореографии имеет свою специфику, актуальную для любого возраста, уровня знаний и навыков.

Занятие состоит из:

- Разминки – выполняется в виде небольшой танцевальной зарисовки под популярную детскую песенку, в которой проводится подготовка всех частей опорно-двигательного аппарата к дальнейшим более сложным элементам. Продолжительность – 5 мин.

- Основной части – изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность – 15 минут.

- Завершающей части – танцевальной игры на развитие различных навыков, например, умения импровизировать под музыку; или хореографических упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Продолжительность – 5 мин.

### **3. Список литературы:**

Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб.: Люкси, Респекс, 1996. — 256 с.

Бриске И. Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учебное пособие. – Изд. 2-е перераб., доп. – Челябинск, 2013. – 180 с.

Бриске И. Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учебное пособие. – 3-е изд., испр. – Санкт-Петербург: Лань: Планета музыки, 2024. – 236 с.

Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учебное пособие. — СПб.: Музыкальная палитра, 2004. — 36 с.

Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.

Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. – М.: Айрис пресс, 2008 г. – 50 с.

Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: Учеб.пособие для воспитателей и педагогов. – М.: Гном-Пресс, 1997. – 64 с.

Никитин В.Ю. Модернджаз танец: Этапы развития. Метод. Техника.— М.: ИД Один из лучших, 2004 — 414 с.

Смирнова К.В. Карточка игр и упражнений по развитию чувства ритма. - Буй: МДОУ №15 Огонёк, 2014. — 56 с.

Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб.пособие. – Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.

Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб.пособие. – Вып. 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 43 с.

Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб.пособие. – Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.

**Возрастная группа 5-6 лет.****Тема 2. Формирование танцевальной техники.****Упражнения для выработки правильной постановки корпуса:**

«Солдатык» под речитатив: «На одной ноге постой-ка, Будто ты солдатик стойкий. Ножку правую держи да смотри не упади. А теперь постой на левой, Если ты солдатик смелый. Раз-два-три – ножку опусти»

«Ах, ладошки, вы, ладошки!»-

Встать прямо и, заведя руки за спину, соединить ладони. Затем, вывернув сложенные руки пальцами вверх, расположить кисти так, чтобы мизинцы по всей длине касались позвоночника. Локти приподнять, спину выпрямить, плечи отвести назад.

Удерживать позу под речитатив: «Ах, ладошки, вы, ладошки! За спиною спрячем вас! Это нужно для осанки, это точно! Без прикрас!».

Медленно опустить руки вниз, встряхнуть кистями рук и спокойно вздохнуть.

«Дощечка» - «раз»-подняться на полупальцы,

«два»- сесть на пятки спина прямая,

«три» - выпрямить ноги,

«четыре»- опустить пятки на пол.

**Упражнения для стоп.** Сидя на полу, ноги выпрямлены. Круговые движения стопами внутрь и наружу медленно с максимальной амплитудой для развития подъема и выворотности. Поочередное и одновременное потягивание пятками по 4-6 секунд.

**Стречинг.** Пример упражнения, выполняется под спокойную музыку. Сидя на полу, одно колено согнуто и отведено назад, выполнять наклоны к ноге животом вперед и боком с заносом руки над головой.

В положении сидя ноги врозь выполняем круговые движения корпусом по направлениям к ноге-вперед-к другой ноге. Спина ровная, руки произвольные. Стречинг выполняется под спокойную мелодичную музыку.

**Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов.** Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе:

«Стойкий оловянный солдатик» – для мышц спины, живота, ног. Встать на колени, руки плотно прижмите к туловищу. «Плывет по реке лодочка, а в ней оловянный солдатик. Вдруг подул резкий ветер, и началась качка. Но ничего не страшно отважному солдатику»-наклониться назад, как можно ниже, держать спину прямо, а потом выпрямиться. После сесть на пятки и расслабиться.

«Карусель» – для мышц рук, ног, ягодиц; координации. Сесть на пол, поднять прямые ноги вверх. Опираясь руками о пол, поворачиваться вокруг себя с помощью рук. «Закружилась карусель!»

«Лодочка» - лежа на животе вытянуть руки вперед и поднять их, усложнение – поднять вместе с ногами и раскачиваться вперед-назад, влево-вправо.

**Тема 4. Танцевальные образы.**

«Загораем»- передвижения по залу в свободном направлении, заданным танцевальным шагом, по сигналу «Загораем!» лечь на спину, закрыть глаза и расслабиться. По сигналу повтор.

«Насос»- стойка ноги врозь. «Раз-два» - наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу (насос) — вдох, «три-четыре» - вернуться в исходное положение—выдох, «пять-восемь» - повтор в другую сторону. Речитатив: «Это очень просто: Покачай насос ты. Налево-направо, руками скользя, Назад и вперед - наклониться нельзя. Вжик-вжик! Вжик-вжик!»

«Грибочки»- передвижения по кругу на присогнутых ногах как бы перекатываясь на стопах, приставной шаг с приседанием по кругу, повороты в стороны с пружинкой.

«Всадник»- сидя на стуле, руками держаться за край стула. Под ритмичную музыку.

«За-такт» - поднять ноги вперед, «раз» - опустить ноги. Повторить движение несколько раз.

«Раз-два» - поднять согнутые ноги вперед,  
«три-четыре» - опустить ноги. Повторить несколько раз.

1 -4 тт. — восемь хлопков перед собой на каждый счет.

5-7 тт. — потянуться наверх.

8 т. - поставить руки на пояс. Повторить один раз.

1 -8 тт. — имитировать скачку на лошади, слегка подпрыгивая на стуле, в руках воображаемые вожжи. Повторить один раз.

1 -8 тт. - восемь шагов на стуле, высоко поднимая ноги, руками держаться за край стула. Повторить один раз.

«**Часики**» - выполняется лицом в круг. Исходное положение: руки вдоль корпуса, ноги вместе.

«Бьют часы во всех домах - тик-так, тик-так» - заход в круг, руки качаются в такт шагам, локти прямые, на слова «так-так, тик-так» локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.

«И встречает утро нас, тик-так, тик-так» — отход на свои места, на слова «так-так, тик-так» маленькое приседание, локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.

"Стрелки никогда не спят, тик-так, тик-так. Скажет утро нам вот так" — хлопки по часовой стрелке сверху вниз, как бы рисующие циферблат часов.

«Пора вставать» - на слово «пора» хлопок перед собой, на слово «вставать» нарисовать руками большой круг, сильно прогнуться назад.

«**Цветочек**» - сидя на полу, ноги подтянуты к корпусу, стопы соединены. «Наступила ночь и цветочек спрятался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед.

«Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» — выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх.

«Наступила ночь и цветочек спрягался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед.

«Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» - выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх.

«Но тут закапал утренний дождик: кап-кап-кап» — кисти рук выполняют движение вверх-вниз.

«Мокнет, мокнет цветочек, мокнут листочки и стебелечек» — постепенно опускать голову к стопам, руки свободно вытягиваются вперед. «Капал, капал дождик. Цветочек совсем намок. Спрятался он в бутончик» - положение сохраняется.

«Но дождик все-таки перестал капать и снова выглянуло солнышко. Потянулся цветочек к солнышку» - голова поднимается, руки выпрямляются наверх, спина тоже выпрямляется.

«И стал он сушить свое личико, стебелечек. Сушил, сушил цветочек» — имитация слов руками, кистями рук.

«Высушился цветочек, потянулся и вырос» — выпрямить колени, вытянуть ноги. Подняться на ноги.

«**Клоуны**»- под веселую музыку выполнять расслабленные движения всем телом, начиная с рук и заканчивая ногами.

«**Мостик**»- вставать в положение «мостик» с помощью педагога.

«**Гуляем в лесу**»- дети выполняют движения, следуя речитативу:

Друг за другом мы идем,

Дружно песенку поем.

Выходи скорей на луг,

Образует быстро круг.

Вот кузнечик проскакал.  
Что такое он сказал?  
Он сказал: «Ребята, дружно  
Прыгать, как и я, вам нужно»!  
Пролетела стрекоза,  
Машет крыльями она  
И стрекочет: «Эй, народ,  
А ну, давай со мной в полет!» - бег со взмахами рук.  
Сколько разных тут цветов,  
Всяких видов и сортов.  
Мы букеты собираем,  
Но колени не сгибаем - наклоны поочередно к каждой ноге.  
А вот гуси полетели,  
Мы от радости присели,  
Дальше так гуськом пойдем,  
Много нового найдем - ходьба в присядке.  
А теперь посмотрим мы,  
Кто рекорд побьет длины.  
Кто вот этот ручеек  
Перепрыгнет поперек. - перепрыгивание через «ручей».  
Стой, друзья, здесь остановка,  
Потанцуем все мы ловко! - все дети танцуют под веселую музыку, изображая  
разных лесных жителей.

**«Дирижер»**- имитационно-образные движения руками. Выполняется под разную музыку, которая чередуется.

**«Аленький цветочек»**- передвижения по кругу, взявшись за руки. Перестроения: заход в круг, «улитка», смена направления движения, наклоны вперед и назад, покачивание рук, поднимание и опускание рук.

**«Волна»**— стоя на месте. Поднимать и опускать руки вместе и попеременно. Поднимать руки вверх и опускать, как бы отталкивая от себя (берег) волну (прибой). Повторить все сначала, добавив поднятие на полупальцы, когда руки поднимаются вверх.

**«Коробочка»**- лежа на полу, на животе вытянуться на руках и прогнуться назад, одновременно согнуть в коленях ноги и стремиться достать пальцами ног до макушки головы.

**«Винтик»**- стойка ноги врозь, руки на пояс, «раз-семь» - семь пружинящих поворотов туловища направо, «восемь» - исходное положение. Повтор в левую сторону и все повторить два раза.

### **Тема 5. Танцевальные игры.**

**«Тихо-громко»**- игра на определение динамики музыкального произведения. Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание — ходьба вперед, на тихое — ходьба назад. На громкое звучание — прыжки, на тихое — ходьба на корточках и т. д..

**«Зеркало»**- игра на развитие воображения. Все играющие становятся полукругом, перед ними стоит водящий. Полукруг это зеркало, в которое смотрится водящий. Он показывает какие-нибудь движения, а все за ним повторяют. После этого выбирается новый водящий, который тоже показывает движения. Не разрешается повторять предыдущие движения.

**«Музыкальное настроение»**- игра на определение характера музыкального произведения. Веселый характер — прыжки, танец; грустный — ходьба опустив голову; героический — марш и т. п. Дети импровизируют под музыку, педагог отмечает наиболее творческие подходы.

**«Гонка мяча по кругу»**- все участники стоят по кругу и под музыку передают друг другу мяч. Вдруг музыка прекращается, и тот, у кого остался мяч в руках, выходит к центру круга и под музыку танцует, остальные повторяют за ним движения.

**«Танцевальное эхо»**- звучит музыкальная фраза или часть музыки, во время которой педагог показывает движения, а дети повторяют. По ее окончании дети повторяют последнее движение.

**«Автомобили»**- все играющие стоят в шахматном порядке (или в шеренге). По команде «сели в машину» дети выполняют полуприседание (усложнение – полное приседание) и берутся руками за воображаемый руль. По команде «поехали» дети свободно передвигаются по залу бегом или шагом. Выполняя движение, все смотрят на педагога, у которого в руках карточки: красная — «Вот зажегся красный свет, стой, дорога дальше нет» (дети стоят на месте); желтая — «Ты на желтый не ходи, а на месте раз, два, три» (дети маршируют на месте); зеленая — «Свет зеленый впереди, путь свободный — выходи!» (дети снова передвигаются по залу в любом направлении). По команде «машины в гаражи» дети должны за три счета быстро занять свои места.

**«Создай образ»**- заранее подготавливается «нарезка» из музыки различных характеров, от медленной спокойной до характерной народной. Дети располагаются по залу в произвольном порядке и танцуют, задача - прочувствовать и передать характер и образ в танце, своевременно реагировать на смену характера музыки.

**«Гулливвер и лилипуты»**- игра на внимание. Читается текст, как только звучат слова «Гулливвер» или «Человек-гора», все дети встают на носки и поднимают руки вверх, а если звучат слова «лилипуты» или «человечки», все быстро садятся на корточки с прямой спинкой. «К вечеру вокруг Гулливера столпилось, по крайней мере, триста тысяч лилипутов. Каждому хотелось посмотреть, что такое — Человек-гора. Гулливера охраняла стража. Две тысячи лилипутов выстроились перед замком, но все-таки кое-какие смелые, горожане прорвались. Одни лилипуты осматривали башмаки Гулливера, другие человечки швыряли в него камешки: Меткая стрела поцарапала Гулливеру шею, вторая стрела поцарапала левый глаз. Солдаты связали шестерых лилипутов и, подталкивая тупыми пиками, пригнали к ногам Гулливера. Гулливер нагнулся, скреб всех лилипутов одной рукой и сунул в карман своего камзола...».

**«Погода»**- построение детей в две шеренги напротив друг друга на разных концах зала. Команда «Ветер» - дети помахивают кистями рук. «Сильный ветер» - машут руками; «дождь» - хлопают в ладоши; «сильный дождь» - топают ногами; «буря» - перебегают на другую сторону площадки.

Приложение №2.

### **Общие методические рекомендации по ведению занятий**

С первых минут на занятиях хореографией очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи.

Прежде чем переходить сразу к разучиванию танцев, необходимо сделать связь музыки с движением привычной, естественной. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения.

Обучение движению обычно начинается с наименования упражнения, показа и объяснения техники. Это необходимо для зрительного образа и последующего осмысления движений. Объяснение техники должно быть лаконичным, целенаправленным, понятным. Вначале второстепенные детали и тонкости движения опускаются.

Первый раз движение показывается с полной амплитудой, с соблюдением всех требований, предъявляемых к его характеру и форме. Это нужно для того, чтобы занимающиеся поняли, каков идеал, к которому они должны стремиться. Далее можно демонстрировать

отдельные части движения с меньшей амплитудой или в более медленном темпе, сосредотачивая внимание на важных деталях.

После первого исполнения упражнения детьми преподаватель разъясняет, были ли допущены ошибки и какие. Затем следует вторичный образцовый показ. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении. Занятие не должно быть монотонным.

Необходимо разнообразить задания, чтобы они всегда оставались занимательными для воспитанников. В занятие лучше включать такие движения и упражнения, которые оказывают разностороннее воздействие на организм занимающихся. Это построения и перестроения; разновидности ходьбы, бега и прыжков; общеразвивающие и специальные упражнения на активацию мышечного чувства, на тренировку отдельных групп мышц и подвижности суставов. В то время, когда звучит музыка, педагогу не стоит считать вслух, так как это притупляет восприятие мелодии ребенком.

На протяжении всего занятия и особенно на его начальных этапах очень важно следить за формированием правильной осанки детей. Для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры.

Заканчивать занятие следует элементарной растяжкой, или «стречингом», танцевальной игрой или несложным упражнением из темы «танцевальные образы». Это действует успокаивающе. И, конечно, начинать и заканчивать занятие будет традиционно – поклоном, хореографическим знаком вежливости.

Основные установки в работе с обучающимися на занятиях по обучению хореографии в дошкольном учреждении:

- не стремиться к высоким исполнительским достижениям, использовать навыки, знания и умения для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребенка в атмосфере доброжелательности, любви и уважения;

- в основу принципов планирования брать систематичность, последовательность, повторяемость, доступность, перспективность, заинтересованность;

- с первого занятия важно начать работу над выражением лица обучающихся: открытый взгляд, открытая улыбка, выразительность эмоций;

- с помощью музыкального сопровождения преобразовывать простые движения в танцевальные, которые характеризуются эмоциональной законченностью, длительностью и амплитудой, эстетической окраской.

## **Лист изменений и дополнений Программы**



Принято, прогумажено и скреплено печатью  
№ 14  
Земельно-кадастровый отдел  
Земельный кадастр №1729  
А. А. Ломикова