

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребёнка – детский сад № 29  
Красносельского района Санкт-Петербурга

Принято  
Педагогическим советом  
учреждения  
Протокол № 1 от  
« 31 » 08 2016 г.

Одобрено  
Советом родителей  
учреждения  
Протокол № 4 от  
« 26 » 08 2016 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая  
ГБДОУ ЦРР – детского сада № 29  
И.А.Поташко  
« 01 » 09 2016 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**педагога дополнительного образования**  
**на 2016-2017 учебный год**  
**«Волшебный каблучок»**

Педагог дополнительного  
образования: Абдусаттарова Е.Ю.

Введено в действие « 01 » 09 2016  
Приказ от « 01 » 09 2016 № 10-01

Санкт-Петербург  
2016

### **Пояснительная записка.**

#### **Направленность дополнительной общеразвивающей программы (далее – программы).**

Программа «Волшебный каблучок» имеет художественно-эстетическую направленность. Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

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

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

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

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

Музыкально - ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных

играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

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

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

**Новизна программы** заключается в том, что она создана с учетом специфики образовательного процесса в детском саду. Программа ставит перед собой задачи не только достичь правильного хореографического исполнения, но и раскрыть пластическую выразительность и органику у воспитанников. Программа гибко реагирует на специфику и учитывает тематику основного образовательного процесса за счёт подбора упражнений, репертуара, насыщенности проведения занятий, анализа уже имеющихся навыков у детей.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

**Педагогическая целесообразность программы** объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

**Цель программы** - способствовать эстетическому развитию подрастающего поколения через хореографию.

Для осуществления поставленной цели необходимо решать следующие **задачи**.

**Учебно – музыкальные:**

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- опираться в обучение на основные принципы педагогики;
- научить взаимосвязи музыки и движения, дать основы музыкальной грамоты;
- научить детей мыслить, слушать и слышать учителя, уметь исправлять неточности в исполнении;
- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально - двигательные, художественно – творческие).

**Развивающие задачи:**

- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

**Воспитательные задачи:**

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству разных народов;
- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- принимать участие в концертной жизни школы.

**Отличительные особенности данной программы от уже существующих** является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;

- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

**Возраст детей**, осваивающих программу – 4-7 лет

**Сроки реализации программы** - 3 года обучения

### **Формы и режим занятий.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятия 20-35 минут.

Занятия проводятся с применением различных структур:

I. Традиционное занятие

II. Тематическое занятие

III. Сюжетное занятие

IV. Игровое занятие

V. Занятие - импровизация

Ниже приводится краткая характеристика каждому виду занятия.

**I. Традиционные занятия** делятся на:

- обучающие;

- закрепляющие;

- итоговые.

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

### **II. Тематическое занятие.**

Оно состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Цель занятия: Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительному исполнению движений.

На занятии используются:

1. Основные виды движений:

а) ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.;

б) бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.;

в) прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкое подскакивание и др.

2. Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц: упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

3. Плясовые движения:

– элементы народных плясок, доступных по координации. Например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседание для девочек, и полу присядка для мальчиков и др.;

- разучивание танцевальных упражнений: шаг польки, приставной шаг, поскоки и др., а также разучивание музыкально-ритмических композиций.

### **III. Сюжетное занятие.**

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок.

В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные, образно-игровые движения, жесты, раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях)

Цель занятия: развивать у детей умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным – персонажем сказок.

Развивать художественно-творческие способности посредством ритмической пластики.

Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения.

Занятие состоит из основных трех частей.

Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка».

Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию.

Заключительная часть – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми.

Можно использовать следующие сюжетные темы:

«На лесной опушке», «Новогодняя сказка», «Путешествие по сказкам», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель».

### **IV. Игровое занятие.**

Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие.

Цель занятия: способствовать развитию у детей творческих и физических способностей. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве.

Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная.

В подготовительной части проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки.

Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия.

В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия.

Можно использовать следующие темы игровых занятий:

«В гостях у трех поросят», «Путешествие в Морское царство», «Поход в зоопарк», «В гости к Чебурашке» и др.

Возможно итоговое занятие, которое проводится в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности музыкального движения, усвоенному в какой-то определенный отрезок времени: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. д., для достижения наибольшей эффективности результатов необходима строгая продуманность каждого занятия, отдельных его частей, использование широкого арсенала методических приемов обучения, индивидуальный подход.

#### **V. Занятие – импровизация.**

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Занятие-импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально - ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии.

Занятие-импровизация проходит в свободной импровизированной форме.

Цель занятия: повторить изученный материал по ритмическим танцам. Учить импровизировать под музыку. Способствовать развитию импровизации, творческих способностей детей.

*Следует помнить о физической, психической, эмоциональной нагрузках, стараться не переутомлять детей большим количеством материала, избегать однообразных заданий. Занятия должны приносить детям радость, удовлетворение от преодоления трудностей, раскрывать их творческий потенциал. Надо шире привлекать их к показу движений,*

объяснению двигательных заданий и правил игры, оценки деятельности друг друга.

### **Ожидаемые результаты.**

**Первый год обучения.** После первого года обучения занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике.

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

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

### **Общие:**

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

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

### **Формы подведения итогов реализации программы:**

- участие в городских конкурсах в течение года;
- педагогическая диагностика;
- поведение обучающихся на занятии: живость, активность, заинтересованность;



открытые занятия с детьми и их родителями;  
обратная связь.

### **Учебно–тематический план. Первый год обучения (4-5 лет)**

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

Приоритетные задачи:

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

№ п/п	Тема	Теория(час)	Практика(час)	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Волшебное знакомство с танцем .	1	-	1
3.	Её Величество Музыка	2	7	9
4.	Игровой стретчинг	1	9	10
5.	Азбука танца	1	10	11
6.	Рисунок танца	1	6	7
7.	Играя, танцуем (ритмопластика)	1	11	12
8.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	14	14
	Итого:	8	56	64

### **Второй год обучения (5-6 лет)**

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

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

Приоритетные задачи:

- умение оперировать музыкальными представлениями;

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

№ п/п	Тема	Теория (час)	Практика (час)	Всего
1.	Вводное	1	-	1
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3.	Её Величество музыка	1	6	7
4.	Игровой стретчинг	1	7	8
5.	Партерный экзерсис (классический)	1	9	10
6.	Играя, танцуем (ритмопластика)	1	7	8
7.	Рисунок танца	1	5	6
8.	Народный танец	1	5	6
9.	Бальный танец	1	4	5
10.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	12	12
	Итого:	9	55	64

### Третий год обучения (6-7 лет)

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

Приоритетные задачи:

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

№ п/п	Тема	Теория(час)	Практика(час)	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3.	Её Величество Музыка	1	4	5
4.	Игровой стретчинг	-	6	7

5.	Партерный экзерсис (элементы классического танца)	1	10	11
6.	Играя, танцуем (ритмопластика)	-	6	6
7.	Рисунок танца	1	7	8
8.	Народный танец	1	5	6
9.	Бальный танец	1	4	5
10.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	14	14
	Итого:	8	56	64

### Содержание программы (1 год обучения) (4-5 лет)

Вводное занятие:

Знакомство с залом, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях.

ТЕМА «Волшебное знакомство» (Введение в предмет)

Задачи:

Познакомить детей с различными видами танца.

Рассказать о пользе занятий танцами.

ТЕМА «Ее Величество Музыка»

Задачи:

Закрепить знания, навыки, полученные на первом году обучения.

Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

3. Развитие музыкальной памяти.

Содержание:

Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, регистр, ритмический рисунок, строение).

Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка, притопыванием).

Такт, ритмический рисунок.

Творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.

Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо».

Музыкальный жанр.

Полька, марш, вальс (устно определить жанр)

Игра: «Марш – полька – вальс»

ТЕМА «Игровой стретчинг» (партерная гимнастика)

Задачи:

Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.

Развивать природные данные детей.

Исправлять дефекты осанки.

Укреплять физическое и психическое здоровье.

Содержание:

Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Колечко», «Лодка», «Собачка», «Рыбка». «Качели», «Кораблик».

Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».

Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».

Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан», «Гуси»

Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».

Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».

Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Крыло».

Игровая композиция «Утенок Кряк».

ТЕМА «Веселая разминка»

Задачи:

Развивать внимание, память, координацию движений.

Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

Содержание:

Комплексы движений разминки: «Девочка и мячик» (один ребенок прыгает на одной ноге, а второй на корточках прыгает, как мячик)

«Лягушки» (приседают, колени в сторону)

«Цапли» (ходьба с поднятием то правого, то левого колена)

«Травка растет» (сидя на корточках, поднимают правую, потом левую руку, потом постепенно встают, вырастают, поднимают руки вверх)

ТЕМА «Азбука танца»

Задачи:

Развивать мускулатуру ног, рук, спины.

Формировать правильную осанку и координацию движений.

Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Шаги:

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

- ходьба на четвереньках,

- ходьба полуприсядем,

Бег:

- мелкий на полу пальцах,

- передающий различные образы,

- с высоко поднятыми коленями,

- широкий («волк»),

- острый (бежим по «горячему песку»)

Прыжки:

- на двух ногах вместе,

- с продвижением вперед,

- прямой галоп «лошадки»,

- пражки вокруг себя на 360°

Экзерсис на середине:

- позиции ног (I и VI),

- постановка корпуса,

- *demi - plie* в I – VI позиции;

- *battementtendu* во всех направлениях (I-я позиция);

- *releve* на полу пальцы (в VI (невыворотной) позиции);

- перегиб корпуса вперед и в сторону,

- позиции рук: подготовительная, I-я, III-я.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.

2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):

- замкнутый круг;

- раскрытый круг (полукруг);

- круг в круге,

- лицом в круг, спиной из круга;

- круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);

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

ТЕМА «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)

Задачи:

1.Развивать внимание

2. Развивать координацию движений
3. Развивать зрительную и слуховую память
4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов

Содержание:

Повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций «Кораблики», «Красная шапочка», «Куклы с мишкой», «Антошка», «Волшебный цветок».

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно - постановочная работа)

Задачи:

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

Содержание: танцы «Пчелки», «Курочка и цыплята», «Танец звездочек», «Матрешки». Пляски «Приглашение», «Топни, ножка моя», «Веселые гномики».

### **Содержание программы (2 год обучения) (5-6 лет)**

Вводное занятие

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

ТЕМА «Волшебное знакомство с танцем»

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, балльными.
2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
4. Беседа о любимых танцах.

ТЕМА «Ее Величество Музыка»

Задачи:

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.
2. Расширить представления о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).

- творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 4/4.  
Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;

- выделять сильную долю, слышать слабую долю;
- игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
- прохлопывать заданный ритмический рисунок.

#### 4. Музыкальный жанр

- полька, марш, вальс (устно определить жанр)
- игра: «Марш – полька – вальс»

5. Слушать музыку асарелла, уметь двигаться под нее.

#### ТЕМА «Игровой стретчинг»

Задачи:

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

Содержание:

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

15. Игровая композиция «Просто так».

#### ТЕМА «Партерный экзерсис» (элементы классического танца)

Задачи:

Развивать мускулатуру ног, рук, спины.

Формировать правильную осанку и координацию движений.

Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Экзерсис на середине:

постановка корпуса (ноги в свободном положении);

понятия рабочая нога и опорная нога;

позиции ног (I-я, II-я, III-я, vПри относительной выворотности ног);

постановка корпуса в I – II – III позиции;

releve на полу пальцы;

demi - plie в I – II – III-VI позиции;

чередование releve и demi – plie;

grand-pliev I – II – III-VI позиции;

battementtendu во всех направлениях (I-я позиция);

cote (легкие прыжки);

позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;

перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

ТЕМА «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.

2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных

элементов.

3. Двигаться в соответствии с характером музыки.

4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой

произведения.

Содержание:«Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных

номерах.

3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

Движение по линии танца.

Рисунок танца «Круг»:

замкнутый круг;

раскрытый круг (полукруг);

круг в круге;

сплетенный круг (корзиночка);

лицом в круг, лицом из круга;

круг парами,

круг противоположно.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.



2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);  
перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

перестроение из круга в диагональ;

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

4. Рисунок танца «Спираль».

Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

горизонтальная.

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

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.

Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.

Научить основам русского танца.

Содержание:

Введение в предмет «Русский танец»;

Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

- развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялка;

- работа рук в русском танце;

- навыки работы с платочком;

- русский поклон;

- подскоки;

- тройные прыжки;

- бег с вытянутыми носочками;

- боковой галоп;

- шаг с вытянутыми носочками (хороводный);

- хлопки;

- движение с выставлением ноги на носок;

- «ковырялочка» вперед и в сторону;

- пружинка с поворотом;

- приставные шаги в сторону;

Ходы:

- простой, на полу пальцах,

- боковой, приставной,

- боковой ход «припадание» по VI позиции,

- беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

Подготовка к «дробям»:

- притопы,
- удары полу пальцами,
- удары каблуком;

Хлопки и хлопушки для мальчиков:

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

направления;

- присядка с выставлением ноги на пятку

ТЕМА «Бальный танец»

Задачи:

Познакомить детей с историей бального танца.

Научить основам танца «Полька».

Разучить основные элементы танца «Вальс».

Содержание:

Введение в предмет

Изучение основ танца «Полька»:

подскоки, галоп;

комбинирование изученных элементов;

положения в паре:

«лодочка»,

руки «крест- накрест»,

мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.

Изучение основ танца «Вальс»:

основные элементы:

«качели»,

«вальсовая дорожка»,

«перемена»;

balance (покачивание в разные стороны)

работа в паре:

положение рук в паре,

вращение «звездочка»;

простые танцевальные комбинации.

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно - постановочная работа)

Задачи:

Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.

Подготовить к показательным выступлениям.

Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Россия-матушка», «Красный сарафан»

Сюжетные танцы: «Ходики», «Аквариум», «Лягушки и цапля»

Детские танцы «Барбарики», Танец гномиков, «Раз, ладошка»,

«Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: «Украинская полечка» «Сиртаки», «Русские узоры», «Казачата», «Веселый рок-н-рол»,  
Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Бабочки», «Стирка», «Моряки»

### **Содержание программы (3 год обучения) (6-7 лет)**

ТЕМА «Волшебное знакомство» (Введение в предмет)

Задачи:

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.

2. Рассказать о пользе занятий танцами.

3. Познакомить детей с разновидностями балльных танцев.

4. Беседа о стилях и направлениях.

ТЕМА «Ее величество Музыка»

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные ранее.

2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).

2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).

3. Такт, затакт, размер 2/4, 3/4, 4/4.

- уметь выделять сильную долю;

- уметь начинать движение с затакта;

- творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4.

Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;

- игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»

4. Музыкальный жанр

- полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)

- игра: «Марш – полька – вальс»

5. Слушать музыку а'capella, уметь двигаться под нее.

ТЕМА «Игровой стретчинг»

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.

2. Развивать природные данные детей.

3. Укреплять физическое и психическое здоровье.

4. Расширять музыкальный кругозор.

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

Содержание:

1. Упражнения на полу:

- постановка корпуса;
- работа на стопы;
- растяжка;
- работа над укреплением брюшного пресса.

2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги + хлопки).

3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра», «Колечко», «Свечка», «Мостик», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».

Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»

Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».

Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».

Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; По очереди сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».

Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».

Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».

22. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа, полушпагаты.

23. Игровая композиция «Сказка о жадном императоре»

ТЕМА «Партерный экзерсиз» (элементы классического танца)

Задачи:

Развивать мускулатуру ног, рук, спины.

Формировать правильную осанку и координацию движений.

Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Экзерсис на середине:

постановка корпуса (ноги в свободном положении);

понятия рабочая нога и опорная нога;

позиции ног (I-я, II-я, III-я, VI при относительной выворотности ног);

постановка корпуса в I – II – III позиции;

releve на полупальцы;

demi - plie в I – II – III-VI позиции;

чередование releve и demi – plie;

grand-pliev I – II – III-VI позиции;

battementtendu во всех направлениях (I-я позиция);

cote (легкие прыжки);

перегиб корпуса вперед и в сторону.

позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;

перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

повороты головы на 1/2; 1/4.

ТЕМА «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.

2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

3. Двигаться в соответствии с характером музыки.

4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Ни кола, ни двора», «Кукляндия», «Звериная аэробика»

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

Движение по линии танца.

Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):

замкнутый круг;

раскрытый круг (полукруг);

круг в круге;

сплетенный круг (корзиночка);

лицом в круг, лицом из круга;

круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);

перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

перестроение из круга в диагональ;

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

4. Рисунок танца «Спираль».

Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

горизонтальная;

вертикальная.

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

6. Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца».

Игра – танец «Бесконечный».

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.

Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.

Научить основам русского танца.

Содержание:

Введение в предмет «Русский танец»;

Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

- развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;

- работа рук в русском танце;

- навыки работы с платочком;

- русский поклон;

- подскоки;

- припадания;

- тройные прыжочки

- бег с вытянутыми носочками

- боковой галоп

- шаг с вытянутыми носочками (хороводный)

- хлопки

- движение с выставлением ноги на носок;

- движение «ключик»

- «ковырялочка» вперед и назад

- пружинка с поворотом

- приставные шаги в сторону

Ходы:

- простой, на полупальцах,

- боковой, приставной,

- боковой ход «припадание» по VI позиции,

- беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

Подготовка к «дробям»:

- притопы,

- удары полупальцами,

удары каблуком;

Хлопки и хлопучки для мальчиков:

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

ТЕМА «Бальный танец»

Задачи:

Познакомить детей с историей бального танца.

Научить основам танца «Полька».

Разучить основные элементы танца «Вальс».

Разучить основные движения танца «Вару-вару»

Содержание:

Введение в предмет

Изучение основ танца «Полька»:

подскоки, шаг польки, галоп;

комбинирование изученных элементов;

положения в паре:

«лодочка»,

руки «крест-накрест»,

мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.

Изучение основ танца «Вальс»:

основные элементы:

«качели»,

«квадрат»,

«ромб»,

«вальсовая дорожка»,

«перемена»;

balance (покачивание в разные стороны)

работа в паре:

положение рук в паре,

«ромб» в паре,

вращение «звездочка»;

простые танцевальные комбинации.

Изучение основ танца «Вару-вару»

- выброс ног поочередно в прыжке вперед.;
- выброс ног поочередно с прыжке с разные стороны;
- комбинированные изучение основных элементов;
- рисунок танца:
  - положение anface;
  - положение «лицом друг к другу»
- работа в паре:
  - положение рук в паре;
  - положение ног в паре;
  - вращение в паре «волчок»;
- работа над ритмом:

- похлопывание основного ритма танца;
- работа над ритмом в движении.

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно - постановочная работа)

Задачи:

Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.

Подготовить к показательным выступлениям.

Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Аленушки», «Василек», «Родные просторы»

Сюжетные танцы: «У самовара», «Отдых летом», «На птичьем дворе»

Детские танцы «Барбарики», «Пробуждальный» танец, «Веселые квадраты», «Зажигай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия».

Танцы народов мира: «Восточный танец», «Сиртаки», «Русский перепляс», «Еврейский танец», «Казачата», «Ковбои», «Аргентинское танго», «Танец с тросточками», «Веселый рок-н-рол», «Кармен» (испанский танец), «Цыганский танец».

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Гномики», «Бабочки».

### **Методическое обеспечение программы.**

Для реализации программы применяются следующие методы

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. Используются видео-фото материалы хореографических училищ, институтов культуры, записи концертных программ профессиональных коллективов.

4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

В течение первого года обучения широко используется игровой метод обучения с учётом возраста детей. Движения сравниваются с движениями животных из сказок, т.е. руки – крылья бабочек, а «прыжок» – коза; простая дробь – стучим к медведю в берлогу. В этом возрасте необходимо проявлять особую чуткость и внимание, заинтересовать воспитанников искусством хореографии и пониманием необходимости приложения труда для освоения основ танцевальной грамотности. Наряду с тренировочными движениями, включаются изобразительные и выразительные движения, близкие детям и способные настроить их на исполнительскую деятельность.



На первом году обучения закладывается фундамент для исполнительских качеств.

В течение второго года обучения дети овладевают рядом знаний и навыков, дающих возможность создания репертуара, построенного на характерных шагах и элементах народного танца. Создаются веселые задорные танцы, построенные на подскоках, шагах и изобразительных движениях.

В течение третьего года обучения дети закрепляют основные навыки танцевальной азбуки, увеличивая запас движений русского танца. Создается репертуар. Завершается первоначальное хореографическое образование детей.

#### **Материально-техническое и дидактическое обеспечение занятий.**

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие специального зала
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи,
- специальная форма и обувь для занятий
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

#### **Список литературы:**

1. Барышникова Т. И. Азбука хореографии. - М., 2000.
2. Картушина М.Ю. Коммуникативные игры для дошкольников. - М., 2013.
3. Дрожжина Е.Ю., Снежкова М.Б. Обучение дошкольников современным танцам. – М., 2013.
4. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – СПб, 2012.
5. Традиционные народные праздники в образовательных учреждениях. Методическое пособие. - СПб, 2005.
6. Зарецкая М., Роот З. Танцы в детском саду. – М., 2004.
7. Роот З. Танцы в начальной школе. – М., 2006.
8. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. – М., 2006.
9. Суворова О. Танцевальная ритмика для детей. – СПб, 2007.
10. Хочу танцевать. Издательство «Махаон».

#### **Нормативные документы**

1. Закон Российской Федерации от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ
2. Закон Санкт-Петербурга от 17 июля 2013 года №461-83 "Об образовании в Санкт-Петербурге"
3. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации.

4. Методические рекомендации Управления воспитания и дополнительного образования детей и молодёжи Минобрнауки России по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях. (Приложение к письму Минобрнауки России от 11.06.2002 г. № 30-15-433/16).

5. Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Письмо Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844.

6. СанПиН 2.4.1.3049-13 (введённые 15 мая 2013 г. "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций").

7. СанПиН 2.4.4.1251-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения)»

8. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. (Письмо Министерства образования РФ от 18.06.2003 г. № 28-02-484/16).