

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №221»

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО  
на заседании педагогического совета:  
протокол № 1 от 22.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад №221»  
\_\_\_\_\_ Л.П. Потапова  
приказ № 107-осн. от 22.08.2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ОБУЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИИ «РИТМЫ ТАНЦА»

Направленность: художественная

Срок реализации: 8,5 месяцев

Возраст воспитанников: 4-7 лет

Автор – составитель: Чаплыгина Юлия Анатольевна,  
педагог бальной хореографии

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1.Комплекс основных характеристик Программы.....</b>	<b>3</b>
1.1.Пояснительная записка.....	3
1.2.Цель и задачи Программы.....	6
1.3.Возрастные особенности развития детей.....	7
1.4.Планируемые результаты освоения Программы.....	9
1.4.1. Формы подведения итогов.....	10
1.5.Содержание программы.....	10
<b>2.Комплекс организационно - педагогических условий.....</b>	<b>17</b>
2.1.Календарный учебный график.....	17
2.2.Учебный план.....	17
2.2.1.Календарно-тематическое планирование для детей 4-5 лет.....	21
2.2.2. Календарно-тематическое планирование для детей 5-6 лет.....	28
2.2.3.Календарно-тематическое планирование для детей 6-7 лет.....	34
2.3.Условия реализации программы.....	40
2.3.1. Ресурсное обеспечение Программы.....	40
2.4.Методические материалы.....	41
2.5.Список литературы.....	42
Лист изменений и дополнений.....	43

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

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по Обучению хореографии «Ритмы танца» (далее – Программа «Ритмы танца») разработана в соответствии со следующими нормативно – правовыми документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно–эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 №28;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Лицензия на право ведения образовательной деятельности;
- Устав МБДОУ «Детский сад №221».

#### **Актуальность:**

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. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Программа «Ритмы танца» вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики, близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

**Новизна** программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, которые адаптированы для дошкольников и даются им в игровой форме.

**Обучение включает в себя следующие основные темы:**

Программа «Ритмы танца» включает в себя следующие основные темы:

- Ритмическая пластика (строевые, основные, общеразвивающие, иммитационные движения)
- Хореографические упражнения
- Игропластика
- Элементы детских танцев
- Массовые танцы
- Репетиционная работа над репертуаром
- Игры

**Ритмическая пластика.**

Ритмическая пластика является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой (строевые, основные, общеразвивающие, иммитационные движения).

**Хореографические упражнения.**

Хореографические упражнения необходимы для овладения школы движений, формирования правильной осанки.

**Игропластика.**

Игропластика придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

**Элементы детских танцев.**

Элементы детских танцев способствуют формированию правильной осанки, красивой походки; развитию ритмичности, выносливости, эстетических чувств.

**Массовые танцы.**

Постановка массовых номеров является итогом музыкально - ритмической деятельности по моей программе.

**Репетиционная работа над репертуаром.**

Репетиционная работа над репертуаром направлена на грамотное выполнение танцевальных элементов, перестроений, отработку танцевальных номеров.

**Игры.**

Для повышения эффективности физического воспитания детей в программу включены подвижные и танцевальные игры. В игре развивается сообразительность, находчивость, инициатива, вырабатываются организационные навыки, развивается выдержка, умение взвешивать обстоятельства. Основное внимание будет уделяться танцевальным занятиям, ведь многие не умеют красиво двигаться под музыку. Это часто является причиной многих комплексов у ребенка. Занятия по хореографии помогут устранить эти комплексы.

**Особенности программы:**

Одна из особенностей программы «Ритмы танца» - нацеленность на полное раскрытие содержания данной дисциплины, что позволяет обеспечить не только развитие в детях способности и умения двигаться под музыку, овладеть навыками хореографии, но и пробудить в них чувство прекрасного, развить творческие и физические способности. Вторая особенность - изложение материала с учетом характерных для данного (4-7 лет) периода возрастных особенностей детей. Программа направлена на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом. В программе сформирован акцент на обучение игровым методом. Такие темы программы как: «Игропластика», «Игры», позволяют через игру развивать физические и творческие способности. Программа имеет художественную направленность. В ходе ее освоения дети приобщаются к богатству танцевального и музыкального искусства, приобретают практические навыки хореографической культуры, развивают творческие умения.

**Вид программы:**

Модифицированная общеразвивающая программа дополнительного образования по хореографии «Ритмы танца» разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей на основе программы «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, методического пособия «Са-Фи-Дансе» Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. Программа по хореографии предназначена для детей в возрастном диапазоне от 4 до 7 лет.

**Направленность программы:** художественная

**Адресат программы:**

Программа предназначена для детей от 4 до 7 лет.

**Характеристика возрастных особенностей:****Срок и объем освоения программы:**

8,5 месяцев, 67 часов всего, из них:(1 час равен 1 учебному часу в соответствии с возрастом ребенка) для каждой возрастной категории.

- 4-5 лет-8,5 месяцев, 67 часов;
- 5-6 лет-8,5 месяцев, 67 часов;
- 6-7 лет-8,5 месяцев, 67 часов;

**Форма обучения:** очная

**Особенности организации образовательной деятельности:**

Группы разновозрастные, форма занятий – групповая. Количественный состав 15 - 25 человек.

**Режим занятий:** Занятия проводятся с 17 сентября по 22 мая во второй половине дня во вторник и четверг. Продолжительность занятий: дети 4-5 лет 20 минут, дети 5-6 лет 25 минут, дети 6-7 лет 30 минут.

Наименование платной услуги	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
ДООП «Ритмы танца»	2 часа в неделю; 67 часов всего в год	2 часа в неделю; 67 часов всего в год	2 часа в неделю; 67 часов всего в год

## 1.2. Цель, задачи

**Цель:** развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности

### Задачи:

#### Образовательные:

- научить детей владеть своим телом; обучить культуре движения, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

#### Развивающие:

- формировать творческую активность и развитие интереса к танцевальному искусству.
- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти.
- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации в движении;
- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике;
- тренировка подвижности нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

#### Воспитательные:

- воспитание выносливости, развитие силы;
- воспитывать у детей интерес к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- воспитывать умение работать в паре, коллективе;

- воспитывать эстетически-нравственное восприятие детей и любовь к прекрасному;
- прививать трудолюбие, самостоятельность, аккуратность, целеустремленность в достижении поставленной цели.
- воспитание умения сопереживать другим людям и животным

### **1.3. Возрастные особенности развития детей**

#### **Возрастные и индивидуальные особенности детей 4-5 лет**

Стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже меньше нуждается в опеке взрослых. Обратная сторона самостоятельности – заявление о своих правах, потребностях, попытки установить свои правила в своем близком окружении. Ребенок начинает понимать чувства других людей и сопереживать. Начинают формироваться основные этические понятия, которые ребенок воспринимает не через то, что ему говорят взрослые, а исходя из того, как они поступают. Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий, мечтаний, где он получает возможность стать главным героем, добиться недостающего признания и т.п. Ребенок чувствует себя недостаточно защищенным перед большим миром. Но безудержность фантазий может порождать самые разнообразные страхи. Интерес к ровесникам. От внутри семейных отношений ребенок переходит к более широким отношениям со сверстниками. Совместные игры становятся сложнее с сюжетно – ролевым наполнением. Все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников.

Активная любознательность заставляет детей задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить и обсуждать различные вопросы. Их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре.

На 4 - 5 году формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети учатся самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой.

Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.

На 4 - 5 году жизни дети чувствуют смену контрастных частей музыки. Могут выполнить и усвоить небольшие музыкальные задания. Но они еще плохо ориентируются в пространстве, поэтому педагог учит двигаться в соответствии с ярко – контрастным характером музыки, в различном темпе реагировать на начало и окончание звучания музыки, исполнять простейшие движения, передавать несложные имитационные движения игровых образов (птички летают, лошади скачут, зайчики прыгают и т.д.)

На 4 - 5 году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

На 4 -5 году жизни у детей уже есть опыт слушания, они могут узнавать знакомые мелодии, определять характер музыки и некоторые средства музыкальной выразительности (динамика –громко, тихо; темп – быстрый, медленный). Движения становятся более ритмичными, четкими, согласованными с началом и окончанием звучания музыки. Дети выполняют более разнообразные движения (боковой галоп, движения парами, притоп одной ногой, выставление ноги на пятку и т.д.) и могут двигаться в соответствии с менее контрастным характером музыки.

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

Постепенно социализируется, то есть адаптируется к социальной среде. Способен сосредотачиваться не только на деятельности, которая его увлекает, но и на той, которая дается с некоторым волевым усилием. К его игровым интересам, в которые входят уже игры по правилам, добавляется познавательный интерес. Но произвольность все еще продолжает формироваться, и поэтому ребенку не всегда легко быть усердным и долго заниматься скучным делом. Он еще легко отвлекается от своих намерений, переключаясь на что-то неожиданное, новое, привлекательное. В этом возрасте ребенок достигает больших успехов в развитии движений – из области хореографии. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар.

На 5–6 году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Проявляются элементы творчества во всех видах деятельности, осмысленнее воспринимает музыку. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца.

Дети 5–6 лет способны осмыслить указания педагога и, опираясь на имеющийся опыт, без показа выполнить некоторые музыкально–ритмические задания.

### **Возрастные и индивидуальные особенности детей 6-7 лет**

Но полная психологическая готовность ребенка к школе определяется не только его мотивационной готовностью, но и интеллектуальной зрелостью, а также сформированной произвольностью, то есть способностью сосредотачиваться на 30—35 минут, выполняя какую-либо череду задач. Чаще всего такая готовность формируется именно к семи годам. Очень ориентирован на внешнюю оценку. Поскольку ему пока трудно составить мнение о себе самом, он создает свой собственный образ из тех оценок, которые слышит в свой адрес.

На 7-м году жизни у детей совершенствуются навыки выполнения разнообразных видов движений: появляется координация в движениях рук и ног, более ритмичными становятся ходьба, бег, прыжки, различные виды сложных

циклических движений. Дети способны запоминать достаточно большой объем различных движений и перестроений, что способствует расширению исполняемого репертуара. Различия в характере исполнения движений и музыкальных предпочтений у девочек и мальчиков становятся более отчетливыми.

#### 1.4. Планируемые результаты:

	Дети 4-5 лет	Дети 5-6 лет	Дети 6-7 лет
Знать	<p>-правила поведения на занятиях по хореографии, технику безопасности</p> <p>- знать основные танцевальные позиции рук и ног;</p> <p>-знать танцевальные элементы и композиции этого года обучения;</p>	<p>-правила поведения на занятиях по хореографии, технику безопасности</p> <p>-знать основы хореографических упражнений этого года обучения;</p> <p>- знать танцевальные элементы и композиции этого года обучения;</p>	<p>-правила поведения на занятиях по хореографии, технику безопасности</p> <p>-знать основы хореографических упражнений этого года обучения;</p> <p>- знать танцевальные элементы и композиции этого года обучения;</p>
уметь	<p>-согласовывать движения с музыкой</p> <p>-уметь ориентироваться в зале, строиться в шеренгу;</p> <p>- уметь выполнять простейшие построения и перестроения;</p> <p>-уметь в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, фигуры и т.д.)</p>	<p>- уметь передавать характер музыкального произведения в движении;</p> <p>- уметь владеть корпусом во время исполнения движений;</p> <p>- уметь координировать свои движения;</p> <p>- уметь корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями</p>	<p>- уметь хорошо ориентироваться в зале;</p> <p>-уметь владеть корпусом во время исполнения движений;</p> <p>- уметь координировать свои движения;</p> <p>-уметь корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;</p> <p>-уметь</p>

	-уметь выполнять движения игропластики	педагога; - уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;	контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
выполнять	-выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку	выполнять основные хореографические упражнения по программе этого года обучения; -исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку; -самостоятельно выполнять изученные танцевальные элементы	выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой; -выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений

#### 1.4.1. Формы подведения итогов

Формы подведения итогов по дополнительной образовательной программе «Ритмы танца» являются:

- участие в праздничных утренниках с танцевальными номерами соответственно возрастным группам: в новогоднем утреннике, на празднике 8 марта, на выпускном бале в подготовительной группе и на празднике в конце учебного года в средней и старшей группе.

#### 1.5. Содержание программы

##### Особенность обучения по программе:

В работе с дошкольниками теория напрямую связана с практикой. При знакомстве обучающихся с новым видом танца, движением, упражнением 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.

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

1. Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка, его личности.
2. Принцип единства воспитательных, развивающих и образовательных целей, в процессе реализации которых учитываются интересы и способности воспитанников.
3. Принцип научной обоснованности и практической применимости.
4. 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.
5. Принцип гуманизации – признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка.
6. Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе занятий.
7. Принцип вариативности. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и эмоциональное напряжение.
8. Принцип наглядности. Это яркий показ преподавателем танцевальных движений и упражнений.
9. Принцип доступности. Все танцевальные движения и упражнения разучиваются от простого к сложному, учитывая степень подготовленности ребенка.

### **Содержание учебного плана для возрастной группы 4-5 лет**

#### **Тема 1. Вводное занятие:**

Приглашение детей в зал. Расстановка детей. Приветствие, знакомство с педагогом. Беседа о значении танца в жизни детей. Объяснение правил поведения и техники безопасности на занятиях хореографией в детском саду.

#### **Тема 2. Ритмическая пластика:**

##### Строевые:

построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг; бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом.

##### Основные :

ходьба на носках и с высоким подниманием бедра; сочетание основных движений прямыми согнутыми руками; стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями; основные движения головой; сочетание упоров с движениями ногами.

### Общеразвивающие упражнения:

на различные группы мышц (махи, пружинность), упражнения на пластичность; упражнения на расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки: потряхивание кистями и предплечьями; раскачивание руками из различных исходных положений; контрастное движение руками на напряжение и расслабление; расслабление рук в положении лежа на спине; посегментное свободное расслабление рук в положении лежа на спине; лежа на спине при напряжении мышц - выдох, при расслаблении мышц - вдох; упражнение на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей.

### Имитационные движения:

разнообразные образно-игровые движения:

(«веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «в воде», «в воздухе», «грусть», «радость», «усталая старушка», «бравый солдат», настроение «обида», уметь передать динамику настроения)

### **Тема 3. Игропластика:**

Игропластика: специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях: «Морские фигуры», «Велосипед», «Укрепи животик», «Укрепи спинку», «Бабочка», «Рыбка», «Кораблик», «Плавание», «Кораллы», «Кошечка», «Часики-ходики», «Улитка».

### **Тема 4. Хореографические упражнения:**

#### Хореографические упражнения:

- танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья; выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево, переступая на носках, держась за опору; полуприседы, стоя боком к опоре.

### **Тема 5. Элементы детских танцев:**

#### Танцевальные шаги:

- мягкий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги; прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360; поворот на 360 на шагах.

#### Элементы плясок и танцев:

- притопы, боковой галоп, галоп вперед «лошадками», элементы русской пляски, прыжки.

### **Тема 6. Массовые танцы:**

#### Рекомендуемый репертуар танцев:

«Веселый каблучок», «Зайчики», «Колобок», «Лягушата», «Енот», «Божья коровка», «Поросята», «Хомяки», «Калинка-малинка», «Мишка Гуммир-бер», «Одуванчик», «Шалунишки», «Утята», «Поварята», «Гномики», «Фиксики».

### **Тема 7. Репетиционная работа над репертуаром**

Работа над техникой, манерой и выразительностью исполнений танцевальных элементов, номеров, перестроений. Работа над выразительностью эмоций.

## **Тема 8. Игры:**

### Подвижные игры:

«Птички в гнезда», «Летчики на аэродром», «Цапля и лягушки», «Фигуры», «Веселый паровоз», «Едет трактор», «Мышка-хохошка», «Мешок деда мороза», «Теремок», «Животные».

Танцевальные игры: «Самолет», «Мешок деда мороза», «Поросенок», «Мы наденем варежки», «Бублики», «Мы повесим шарик», «Тетя-весельчак», «У оленя дом большой».

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

### **Тема 1. Вводное занятие:**

Приглашение детей в зал. Расстановка детей. Приветствие, знакомство с педагогом. Беседа о значении танца в жизни детей. Объяснение правил поведения и техники безопасности на занятиях хореографией в детском саду.

### **Тема 2. Ритмическая пластика:**

#### Строевые упражнения:

- построение в шеренгу и колонну по сигналу; повороты направо, налево по распоряжению; перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге, беге по ориентирам; перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам; размыкание по ориентирам; перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим.

#### Основные движения:

- ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках; бег - легкий, ритмичный; прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, топающий шаг, «с каблучка», вперед, назад, высокий, широкий бег, различные виды галопа; высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный» шаг острый, пружинящий бег, поскок «легкий» и «сильный»; ходьба на носках, полупальцах с ускорением и замедлением, пружинящий бег, легкий ритмичный, прыжковые движения в различных вариациях

#### Общеразвивающие упражнения:

- комбинированные упражнения в стойках; приседания; различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и в упоре присев; комбинированные упражнения в седах и в положении лежа; сед-по-турецки-прыжки на двух ногах; прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу; общеразвивающие упражнения по типу «Зарядка»

- упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: расслабление всего тела, лежа на спине; свободное, расслабленное раскачивание ноги, стоя боком к опоре на одной и держась за нее; упражнения на осанку в образных и двигательных действиях («лодочка» и др.), лежа на спине, на животе,

расслабление рук на разное количество счетов; свободное раскачивание руками при поворотах туловища; расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя; потряхивание ногами в положении стоя;

- «насос»; «волны шипят»; «ныряние»;

Имитационные движения:

- различные образно – игровые движения, настроение, состояние; ощущение тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе»; различные образно-игровые движения, раскрывающие настроение, состояние.

**Тема 3. Игропластика:**

Игропластика: специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях: «Морские фигуры», «Велосипед», «Орешек», «Кобра», «Укрепи животик», «Укрепи спинку», «Гимнаст», «Винтик», «Часики - ходики», «Журавль», «Улитка», «Мост», «Лягушка», «Крестик».

**Тема 4. Хореографические упражнения:**

Хореографические упражнения:

поклон для мальчиков; реверанс для девочек; танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью; полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре; выставление ноги вперед и в сторону, поднимая ноги, стоя боком к опоре; выставление ноги назад на носок, поднимая ноги, стоя лицом к опоре; прыжки, выпрямившись, опираясь на опору; перевод из одной позиции в другую; соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры; наклоны туловища, стоя спиной и боком к опоре.

**Тема 5. Элементы детских танцев:**

Танцевальные шаги:

шаг галопа вперед и в сторону; шаг польки; пружинные движения ногами на полу приседах; кик-движение; шаг с подскоком; русский попеременный шаг; шаг с притопом; русский шаг - припадания; шаг с подскоком и с различными движениями руками; поочередное пружинное движение ногами в стойке ноги врозь; нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в сторону; основные движения русского танца: тройной притоп, припадание с поворотом, «елочка», «гармошка», «ковырялочка».

Элементы плясок и танцев:

элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации; танцевальные упражнения из современных ритмических танцев; разнонаправленные движения для рук и ног; сложные виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

**Тема 6. Массовые танцы:**

Рекомендуемый репертуар танцев:

«Виноватая тучка», «Зебрик-ру», «Где живут улыбки», «Маленькая банда», «4 попугая», «Дракоша», «Пегас»; «Бум-бум-ла-ла»; «Ушастик»; «Чикитыры»; «Чиконико»; «Танцуй Россия», «Тяп-ляп», «Кнопочки», «Барбадиско».

## **Тема 7. Репетиционная работа над репертуаром**

Работа над техникой, манерой и выразительностью исполнений танцевальных элементов, номеров, перестроений. Работа над выразительностью эмоций.

## **Тема 8. Игры:**

### Подвижные игры:

«4 шага вперед», «Три хлопка над головой», «Автомобили», «Сказочные герои», «По парам», «Найди себе пару», «Музыкальная заморозка».

Танцевальные игры: «Чудо-юдо», «Я банан», «Куми-куми», «Пельмешки», «Снеговик», «Тортик», «Винтик», «Части тела».

## **Содержание учебного плана для возрастной группы 6-7 лет**

### **Тема 1. Вводное занятие:**

Приглашение детей в зал. Расстановка детей. Приветствие, знакомство с педагогом. Беседа о значении танца в жизни детей. Объяснение правил поведения и техники безопасности на занятиях хореографией в детском саду.

### **Тема 2. Ритмическая пластика:**

#### Строевые:

- построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг; бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом.

#### Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте, топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад, высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг», бег- широкий, острый, с остановками, различные виды галопов, подскоков; ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях.

#### Общеразвивающие упражнения:

- ходьба на носках и с высоким подниманием бедра; сочетание основных движений прямыми согнутыми руками; стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями; основные движения головой; сочетание упоров с движениями ногами.

- упражнения на расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки:

потряхивание кистями и предплечьями; раскачивание руками из различных исходных положений; контрастное движение руками на напряжение и расслабление; расслабление рук в положении лежа на спине; свободное расслабление рук в положении лежа на спине; лежа на спине при напряжении мышц - выдох, при расслаблении мышц - вдох; упражнение на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей.

### Имитационные движения:

- разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных); вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения; имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения; вымышленные ситуации

### **Тема 3. Игропластика:**

Игропластика: специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях: «Морские фигуры», «Велосипед», «Кобра», «Укрепи животик», «Укрепи спинку», «Мост», «Лягушка» и т.д.

### **Тема 4. Хореографические упражнения:**

- танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья; выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево, переступая на носках, держась за опору; полуприседы, стоя боком к опоре.

### **Тема 5. Элементы детских танцев:**

#### Танцевальные шаги:

- мягкий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги; прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360; поворот на 360 на шагах.

#### Элементы плясок и танцев:

- притопы, боковой галоп, галоп вперед «лошадками», элементы русской пляски, прыжки; танцевальные упражнения из современных ритмических танцев; разнонаправленные движения для рук и ног; сложные виды движений: шаг польки, переменный шаг.

### **Тема 6. Массовые танцы:**

Рекомендуемый репертуар танцев:

«Дочки и сыночки», «Цирк», «Танцуй со мной», «Папа», «Взрослые и дети» «Новогодние игрушки», «Не малыши», «Ты крутой», «Нон-стоп», «Звезды зажигают», «Мы лучшие», «Флэшмоб», «За 4 моря», «Мечта зовет», «Восточный», «Ватрушки», «Чоколака», «Лялечка».

### **Тема 7. Репетиционная работа над репертуаром**

Работа над техникой, манерой и выразительностью исполнений танцевальных элементов, номеров, перестроений. Работа над выразительностью эмоций.

### **Тема 8. Игры:**

Подвижные игры: «Акула и рыбы», «В цвета», «Волк и зайцы», «Музыкальная заморозка», «Бытовые приборы», «Животные», «Комар и мухи», «Царевна-Несмеяна», «В поход пойдем», «Ток бежит», «Ускорялка».

#### Танцевальные игры:

«Двигайся-замри», «Повар-булочка», «Муха», «Зеркало», «Колесики», «Танцевальный баттл», «Клап-снап», «Ручки-ручки», «Нука-нака», «Новогодняя

ускорялка», «Ягода-малинка», «Крутое движение», «Тик-ток», «Единорожка», «Стоп, танцуй».

## 2. Комплекс организационно - педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

1. Режим работы учреждения	
Продолжительность учебной недели	5 дней (с понедельника по пятницу)
Время работы возрастных групп	12 часов
Нерабочие дни	Суббота, воскресенье и праздничные дни
2. Продолжительность учебного года	
Название ДООП	ДООП «Ритмы танца»
количество учебных недель	34
количество учебных дней	67
период обучения	17.09.2024 по 22.05.2025
3. Образовательная нагрузка	
Возраст	Максимально допустимый объём занятий в неделю
4-5 лет	40 минут (2 занятия по 20 мин.)
5-6 лет	50 минут (2 занятия по 25 мин.)
6-7 лет	60 минут (2 занятия по 30 мин.)
Каникулярное время, праздничные (нерабочие) дни	
День народного единства	4 ноября (1 день)
Новогодний праздник	30.12.2024-08.01.2025 (10 дней)
День защитников Отечества	23 февраля
Международный женский день	8 марта
Праздник Весны и Труда	01.05.2025-04.05.2025 (4 дня)
День Победы	08.05.2025-11.05.2025 (4 дня)

В связи с сокращением количества рабочих дней из-за календарных праздников, возможен перенос занятий на другие дни в месяце по приказу заведующего.

### 2.2. Учебный план

Наименование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы дошкольного образования, направленность	Возраст детей	Форма оказания (групповая /индивидуальная)	Количество занятий			Срок освоения программы
			в неделю	в месяц	в год	

ДООП «Ритмы танца», художественная направленность	4-5 лет	Группов ая	2	сентябрь 4 октябрь 10 ноябрь 8	67	17.09.24 - 22.05.25
	5-6 лет	Группов ая	2	декабрь 8 январь 7 февраль 8		
	6-7 лет	Группов ая	2	март 8 апрель 9 май 5	67	17.09.24 - 22.05.25

### Учебный план по обучению хореографии группы детей 4-5 лет

#### Целевые ориентиры:

1. Уметь двигаться в соответствии с характером музыки.
2. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.
3. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.
4. Переходить от одного движения к другому.
5. Самостоятельно ориентироваться в пространстве.
6. Научить повторять движения за педагогом, подражать его манере.
7. Слушать музыку, слова песен и танцевать в соответствии с музыкой и словами в песнях.
8. Выразительно исполнять элементарные танцевальные движения.
9. Сформировать желание выступать перед зрителями.
10. Уметь выполнять роль ведущего по замыслу.
11. Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.
12. Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.
13. Уметь импровизировать под любое музыкальное сопровождение.

Название тем программы	Количество часов			Формы аттестации и контроля
	Всего	Теория	Практика	
<b>Тема 1. Вводное занятие</b>	1 час	1 час		Беседа
<b>Тема 2. Ритмическая пластика</b>	11 часов		11 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 3. Игропластика</b>	9 часов		9 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 4. Хореографические упражнения</b>	6 часов		6 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 5. Элементы</b>	11 часов		11 часов	Педагогическое наблюдение

<b>детских танцев</b>				
<b>Тема 6. Массовые ритмические танцы</b>	14 часов		14 часов	Выступление детей на праздниках
<b>Тема 7. Репетиционная работа над репертуаром</b>	8 часов		8 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 8. Игровой комплекс</b>	7 часов		7 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Всего часов</b>	67 часов	1 час	66 часов	

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

#### **Целевые ориентиры:**

1. Уметь двигаться соответствии с характером музыки.
2. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.
3. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.
4. Переходить от одного движения к другому.
5. Самостоятельно ориентироваться в пространстве.
6. Выразительно и самостоятельно исполнять изученные движения и танцы.
7. Уметь изменять движения с изменением характера музыки.
8. Уметь создавать музыкально –двигательный образ.
9. Уметь ориентироваться в основных композиционных построениях: круг, линия, колонна.
10. Выполнять движения с предметами.
11. Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.
12. Уметь выполнять роль ведущего по замыслу.
13. Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.
14. Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.
15. Уметь импровизировать под любое музыкальное сопровождение.

<b>Название тем программы</b>	<b>Количество часов</b>			<b>Формы аттестации и контроля</b>
	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	
<b>Тема 1. Вводное занятие</b>	1 час	1 час		Беседа
<b>Тема 2. Ритмическая пластика</b>	7 часов		7 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 3. Игропластика</b>	8 часов		8 часов	Педагогическое

				наблюдение
<b>Тема 4. Хореографические упражнения</b>	4 часа		4 часа	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 5. Элементы детских танцев</b>	8 часов		8 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 6. Массовые ритмические танцы</b>	19 часов		19 часов	Выступление детей на праздниках
<b>Тема 7. Репетиционная работа над репертуаром</b>	14 часов		14 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 8. Игровой Комплекс</b>	6 часов		6 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Всего часов</b>	67 часов	1 час	66 часов	

### **Учебный план по обучению хореографии группы детей 6-7 лет**

#### **Целевые ориентиры:**

1. Уметь двигаться в соответствии с характером музыки.
2. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.
3. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.
4. Переходить от одного движения к другому.
5. Самостоятельно ориентироваться в пространстве.
6. Передавать хлопками динамический и ритмический рисунок музыки.
7. Уметь изменять движения с изменением характера музыки.
8. Уметь создавать музыкально –двигательный образ.
9. Исполнять плясовые движения, действовать с воображаемыми предметами.
10. Выполнять движения с предметами.
11. Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.
12. Уметь выполнять роль ведущего по замыслу.
13. Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.
14. Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.
15. Уметь импровизировать под любое музыкальное сопровождение.

<b>Название тем программы</b>	<b>Количество часов</b>			<b>Формы аттестации и контроля</b>
	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	
<b>Тема 1.</b>	1 час	1 час		Беседа

<b>Вводное занятие</b>				
<b>Тема 2. Ритмическая пластика</b>	5 часов		5 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 3. Игропластика</b>	6 часов		6 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 4. Хореографические упражнения</b>	4 часа		4 часа	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 5. Элементы детских танцев</b>	8 часов		8 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 6. Массовые ритмические танцы</b>	21 час		21 час	Выступление детей на праздниках
<b>Тема 7. Репетиционная работа над репертуаром</b>	18 часов		18 часов	Педагогическое наблюдение
<b>Тема 8. Игровой комплекс</b>	4 часа		4 часа	Педагогическое наблюдение
<b>Всего часов</b>	67 часов	1 час	66 часов	

### 2.2.1. Календарно-тематическое планирование для детей 4-5 лет

<b>№ п/п</b>	<b>дата</b>	<b>форма занятия</b>	<b>тема занятия</b>	<b>Форма отчета</b>
1.	17.09.24	вводное занятие	Введение. Инструктаж по технике безопасности. Познакомить детей с понятием «танец», «поклон», «разминка». Изучить поклон.	
2.	19.09.24	репетиция	Разминка. Танцевальный образ «Хитрая лиса», «Бабочка». Элементы танца «Веселый каблучок». Игра «Птицы в гнезда».	
3.	24.09.24	тренировка	Разминка. Танцевальный образ «Хитрая лиса»,	

			«Бабочка». Элементы танца «Веселый каблук». Танцевальная игра «Самолет».	
4.	26.09.24	репетиция	Разминка. Игропластика «Рыбка», «Кораблик». Элементы танца «Мишка гумми». Игра «Цапля и лягушки».	
5.	01.10.24	тренировка	Разминка. Игропластика «Рыбка», «Кораблик». Элементы танца «Мишка гумми». Игра «Цапля и лягушки».	
6.	03.10.24	репетиция	Разминка. Танцевальный образ «Злой волк», «Медведь косолапый». Элементы танца «Танцевалка». Игра «Цапля и лягушки».	
7.	08.10.24	тренировка	Разминка. Танцевальный образ «Злой волк», «Медведь косолапый». Элементы танца «Танцевалка». Игра «цапля и лягушки».	
8.	10.10.24	тренировка	Разминка. Упражнения на пластичность. Танцевальные шаги. Игропластика «Кошечка», «Мостик».	
9.	15.10.24	репетиция	Разминка. Позиции ног. Образы «Трусливый зайчик», «Веселая обезьянка». Элементы танца «Мы умеем танцевать». Танцевальная игра «Самолет».	
10.	17.10.24	тренировка	Разминка. Элементы танца «Мы умеем танцевать». Игра «Самолет».	
11.	22.10.24	творческое занятие	С помощью музыки угадываем танцевальные образы и выполняем их.	

			Танцевальная игра «Поросенок».	
12.	24.10.24	репетиция	Разминка. Элементы танца «Бобры». Игра «Цапля и лягушки».	
13.	29.10.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
14.	31.10.24	тренировка	Разминка. Игропластика «Кошечка», «Мостик». Танцевальный бег.	
15.	05.11.24	тренировка	Разминка; репетиционная работа над репертуаром.	
16.	07.11.24	тренировка	Разминка; репетиционная работа над репертуаром.	
17.	12.11.24	тренировка	Игропластика «Кошка», «Велосипед». Элементы танца «Веселый каблучок». Игра «Животные».	
18.	14.11.24	репетиция	Танцевальные образы «Грусть» и «Радость». Игропластика «Рыбка», «Велосипед». Постановочная работа танца «Веселый каблучок». Игра «Летчики на аэродром».	
19.	19.11.24	репетиция	Разминка. Игропластика «Велосипед», «Кораллы», «Рыбка». Постановочная работа танца «Веселый каблучок». Игра «Животные».	
20.	21.11.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
21.	26.11.24	репетиция	Разминка. Хореографические упражнения на пластичность. Элементы танца «Енот». Игра «Летчики на аэродром».	
22.	28.11.24	репетиция	Разминка. Хореографические упражнения на пластичность.	

			Постановочная работа танца «Енот». Игра «Летчики на аэродром».	
23.	03.12.24	репетиция	Разминка. Игропластика «Велосипед», «Кораллы», «Рыбка». Постановочная работа танца «Енот». Игра «Животные».	
24.	05.12.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
25.	10.12.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
26.	12.12.24	тренировка	Разминка. Танцевальный образ «Бабочки», «Птички», «Ручейки». Упражнения на гибкость. Образы «Бравый солдат»; «Часики-ходики». Игра «Паук и мухи».	
27.	17.12.24	тренировка	Разминка. Танцевальный образ «Бабочки», «Птички», «Ручейки». Упражнения на гибкость. Образы «Бравый солдат»; «Часики-ходики». Игра «Паук и мухи».	
28.	19.12.24	тренировка	Разминка, упражнения на ловкость и выразительность. Повторение пройденного материала. Игра «Паук и мухи».	
29.	24.12.24	тренировка	Разминка. Игропластика «Журавль», «Кошечка». Игра «Едет трактор».	
30.	26.12.24	открытый показ	Танец «Веселый каблучок», танец «Енот».	выступление на новогоднем утреннике
31.	09.01.25	репетиция	Основные правила поведения в танцевальном зале, Инструктаж по технике безопасности. Разминка. Упражнения на гибкость. Образы	

			«Трусливый зайчик»; «Часики-ходики». Элементы детских танцев «Поварята».	
32.	14.01.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
33.	16.01.25	тренировка	Разминка. Строевые упражнения. Элементы детских танцев «Поварята». Игра «Веселый паровоз».	
34.	21.01.25	тренировка	Разминка. Прыжковые движения. Элементы детских танцев «Поварята». Игра «Комар и мушки».	
35.	23.01.25	тренировка	Повторение изученных танцев.	
36.	28.01.25	творческое занятие	С помощью музыки угадываем танцевальные образы и выполняем их. Танцевальная игра «Что в мешке у Деда мороза».	
37.	30.01.25	репетиция	Разминка. Образы «Роботы», «Бабочка». Элементы танца «Хомяки». Игра «Мы наденем варежки».	
38.	04.02.25	репетиция	Разминка. Игропластика «Рыбка», «Кораблик». Элементы танца «Одуванчик». Игра «Веселый паровоз».	
39.	06.02.25	репетиция	Разминка. Игропластика «Рыбка», «Кораблик». Постановочная работа танца «Одуванчик». Игра «Веселый паровоз».	
40.	11.02.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Одуванчик». Игра «Мышка-хохошка».	
41.	13.02.25	тренировка	Разминка. Строевые упражнения. Танец «Одуванчик». Игра «Веселый паровоз».	
42.	18.02.25	репетиция	Разминка. Постановочная	

			работа танец «Поварята». Танцевальная игра «Поросенок».	
43.	20.02.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танец «Поварята». Танцевальная игра «Поросенок».	
44.	25.02.25	тренировка	Разминка. Танец «Поварята». Танцевальная игра «Поросенок».	
45.	27.02.25	тренировка	Разминка. Танцевальный образ «Веселые роботы». Танцевальная игра «Фиксики».	
46.	04.03.25	открытый показ	Танец «Одуванчик». Танец «Поварята»	выступление на празднике 8 марта
47.	06.03.25	тренировка	Разминка. Упражнения на пластичность. Игропластика «Лягушка», «Бабочка».	
48.	11.03.25	репетиция	Разминка. Элементы танца «Шалунишки». Танцевальная игра «Акуленок».	
49.	13.03.25	репетиция	Разминка Постановочная работа танец «Шалунишки». Танцевальная игра «Акуленок».	
50.	18.03.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танец «Шалунишки». Танцевальная игра «Акуленок».	
51.	20.03.25	тренировка	Разминка. Игропластика «Рыбка», «Кошечка», «Кораллы». Игра «Танцующий зоопарк».	
52.	25.03.25	тренировка	Разминка. Образ «Грусть» и «Радость». Танец «Шалунишки». Игра «Летчики на аэродром».	
53.	27.03.25	тренировка	Разминка. Игропластика «Велосипед», «Кораллы»,	

			«Рыбка». Различные сочетания основных движений рук и ног. Игра «Животные».	
54.	01.04.25	творческое занятие	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром. С помощью музыки угадываем танцевальные образы и выполняем их. Танцевальная игра «Бублики».	
55.	03.04.25	репетиция	Разминка. Элементы танца «Калинка-малинка». Танцевальная игра «У оленя дом большой».	
56.	08.04.25	тренировка	Разминка. Элементы танца «Калинка-малинка». Танцевальная игра «У оленя дом большой».	
57.	10.04.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танец «Калинка-малинка». Танцевальная игра «У оленя дом большой».	
58.	15.04.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танец «Калинка-малинка».	
59.	17.04.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
60.	22.04.25	репетиция	Разминка. Танец «Обезьянка-Зямка». Танцевальная игра «Помощники».	
61.	24.04.25	тренировка	Повтор упражнений для корпуса и стоп. Повтор основных движений по кругу.	
62.	29.04.25	тренировка	Закрепление основных упражнений, повтор правил их исполнения. Любой танцевальный образ из ранее изученных.	

63.	06.05.25	тренировка	Игропластика «Лягушка», «Бабочка», «Рыбка», «Кошечка», «Велосипед».	
64.	13.05.25	тренировка	Разминка. Упражнения на ловкость и выразительность; повторение пройденного материала. Различные сочетания основных движений рук и ног. Игра «Паровоз с подарками».	
65.	15.05.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
66.	20.05.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
67.	22.05.25	открытый показ	Танец «Шалунишки», танец «Калинка-малинка»	выступление на выпускном празднике

### 2.2.2. Календарно-тематическое планирование для детей 5-6 лет

№ п/п	дата	форма занятия	тема занятия	Форма отчета
1.	17.09.24	вводное занятие	Введение. Инструктаж по технике безопасности. Поклон. Разминка. Различные виды ходьбы. Танцевальная игра «Чудожудо».	
2.	19.09.24	репетиция	Разминка. Построение в колонну. Разные виды ходьбы. Элементы танца «Зебрик-ру». Игра «Чудожудо».	
3.	24.09.24	репетиция	Разминка. Построение в колонну. Разные виды ходьбы. Элементы танца «Зебрик-ру». Игра «Я банан».	
4.	26.09.24	творческое занятие	С помощью музыки угадываем танцевальные образы и выполняем их. Танцевальная игра	

			«Импровизация».	
5.	01.10.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
6.	03.10.24	тренировка	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	
7.	08.10.24	тренировка	Разминка, Бег по кругу и ориентирам. Танец «Барбадиско».	
8.	10.10.24	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Барбадиско».	
9.	15.10.24	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Барбадиско».	
10.	17.10.24	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Барбадиско».	
11.	22.10.24	тренировка	Разминка. Игропластика «Морские фигуры»; «Кобра»; «Велосипед»; «Орешек».	
12.	24.10.24	тренировка	Разминка. Игропластика «Морские фигуры»; «Кобра»; «Велосипед»; «Орешек».	
13.	29.10.24	тренировка	Разминка. Перестроения. Разные виды ходьбы. Танец «Барбадиско». Танцевальная игра «Тортик».	
14.	31.10.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
15.	05.11.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
16.	07.11.24	тренировка	Разминка. Упражнения на пластичность. Позиции рук. Танец «Барбадиско» Танцевальная игра «Куми-куми».	
17.	12.11.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
18.	14.11.24	репетиция	Разминка. Элементы танца «Тяп-ляп». Танцевальная игра «Куми-куми».	
19.	19.11.24	тренировка	Разминка. Элементы танца «Тяп-ляп». Танцевальная игра «Куми-куми».	

20.	21.11.24	тренировка	Разминка. Игропластика «Морские фигуры»; «Кобра»; «Велосипед»; «Орешек».	
21.	26.11.24	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Тяп-ляп».	
22.	28.11.24	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Тяп-ляп».	
23.	03.12.24	творческое занятие	Разминка. Имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения. Танцевальная игра «Ускорялка».	
24.	05.12.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
25.	10.12.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
26.	12.12.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
27.	17.12.24	тренировка	Разминка. Различные танцевальные образы. Имитационные движения. Танцевальная игра «Пельмешки».	
28.	19.12.24	тренировка	Разминка. Игропластика «Лягушка», «Бабочка», «Рыбка», «Кошка». Танцевальная игра «Пельмешки».	
29.	24.12.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
30.	26.12.24	открытый показ	Танец «Барбадиско», танец «Тяп-ляп».	выступление на новогоднем утреннике
31.	09.01.25	репетиция	Основные правила поведения в танцевальном зале, Инструктаж по технике безопасности. Разминка. Упражнения на гибкость. Образы «Испуганный заяц»»	

			«Удивленная белка». Элементы детских танцев «Кнопочки».	
32.	14.01.25	репетиция	Разминка. Различные виды галопа. Игропластика «Укрепи животик», «Укрепи спинку», «Гимнаст». Различные виды шагов. Хореографические упражнения. Элементы танца «Кнопочки».	
33.	16.01.25	тренировка	Разминка. Различные виды галопа. Игропластика «Укрепи животик», «Укрепи спинку», «Гимнаст». Различные виды шагов. Хореографические упражнения. Элементы танца «Кнопочки».	
34.	21.01.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа. Танец «Кнопочки».	
35.	23.01.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа. Танец «Кнопочки».	
36.	28.01.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа. Танец «Кнопочки».	
37.	30.01.25	тренировка	Разминка. Имитационные движения. Строевые упражнения. Танцевальная игра «Винтик».	
38.	04.02.25	тренировка	Разминка. Имитационные движения. Строевые упражнения. Танцевальная игра «Винтик».	
39.	06.02.25	тренировка	Разминка. Танец «Кнопочки. Игра «Три хлопка над головой».	
40.	11.02.25	тренировка	Разминка. Танцевальная игра «Снеговик». Упражнения на развитие координации рук и ног.	
41.	13.02.25	тренировка	Разминка. Танцевальная игра «Снеговик». Упражнения на развитие координации рук и ног.	

42.	18.02.25	тренировка	Разминка. Различные виды бега и поскоки. Репетиционная работа над репертуаром.	
43.	20.02.25	тренировка	Разминка. Имитационные движения. Различные образно-игровые движения. Игра «Вперед 4 шага».	
44.	25.02.25	тренировка	Разминка. Различные перестроения. Репетиционная работа над репертуаром.	
45.	27.02.25	тренировка	Репетиционная работа над репертуаром.	
46.	04.03.25	открытый показ	Танец «Кнопочки».	выступление на празднике 8 марта
47.	06.03.25	репетиция	Разминка. Различные образно-игровые движения. Элементы танца «Пушистые комочки».	
48.	11.03.25	репетиция	Разминка. Прыжковые движения в различных вариациях. Элементы танца «Пушистые комочки».	
49.	13.03.25	тренировка	Разминка. Размыкание по ориентирам. Перестроения. Игропластика «Мост», «Лягушка», «Крестик».	
50.	18.03.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Пушистые комочки».	
51.	20.03.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Пушистые комочки». Игра «Чуча-Чача».	
52.	25.03.25	тренировка	Разминка. Различные виды галопа. Игропластика ««Укрепи животик», «Укрепи спинку». Игра «Шевелись».	
53.	27.03.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
54.	01.04.25	тренировка	Разминка. Репетиционная	

			работа над репертуаром.	
55.	03.04.25	репетиция	Разминка. Имитационные движения. Элементы танца «Где живут улыбки». Игра «Моем, белым».	
56.	08.04.25	тренировка	Разминка. Строевые упражнения. Элементы танца «Где живут улыбки». Игра «Хоки-поки».	
57.	10.04.25	творческое занятие	Имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения. Танцевальная игра «Ягода-малинка».	
58.	15.04.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Где живут улыбки».	
59.	17.04.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Где живут улыбки».	
60.	22.04.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Где живут улыбки».	
61.	24.04.25	тренировка	Разминка. Различные виды шага и бега. Танцевальная игра «Части тела».	
62.	29.04.25	тренировка	Разминка. Различные образно-игровые движения. Танцевальная игра «Стоп-танцуй». Танец «Где живут улыбки».	
63.	06.05.25	тренировка	Разминка. Перестроение по ориентирам. Танец «Где живут улыбки». Игра «Дракон».	
64.	13.05.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
65.	15.05.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
66.	20.05.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
67.	22.05.25	открытый	Танец «Пушистые	выступление

		показ	комочки». Танец «Где живут улыбки.	на выпускном празднике
--	--	-------	------------------------------------	------------------------

### 2.2.3. Календарно-тематическое планирование для детей 6-7 лет

№ п/п	дата	форма занятия	тема занятия	Форма отчета
1.	17.09.24	вводное занятие	Вводное занятие: Знакомство с детьми. Основные правила поведения в танцевальном зале. Инструктаж по технике безопасности. Поклон. Танцевальная игра «Двигайся-замри».	
2.	19.09.24	репетиция	Разминка. Различные виды ходьбы. Элементы танца «Восточный». Танцевальная игра «Двигайся-замри».	
3.	24.09.24	репетиция	Разминка. Различные виды бега. Элементы танца «Восточный». Танцевальная игра «Колесики».	
4.	26.09.24	репетиция	Разминка. Различные виды прыжков. Элементы танца «Восточный». Танцевальная игра «Колесики».	
5.	01.10.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
6.	03.10.24	репетиция	Разминка. Разнообразные сочетания прыжков. Постановочная работа танца «Восточный». Игра «Музыкальная заморозка».	
7.	08.10.24	репетиция	Разминка. Разнообразные танцевальные образы. Постановочная работа танца «Восточный». Игра «Музыкальная заморозка».	
8.	10.10.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
9.	15.10.24	тренировка	Разминка. Репетиционная	

			работа над репертуаром.	
10.	17.10.24	репетиция	Разминка. Игропластика. Танец «Восточный». Танцевальная игра «Клап-снап».	
11.	22.10.24	тренировка	Разминка. Основные композиционные построения. Танцевальная игра «Ручки-ручки»	
12.	24.10.24	творческое занятие	С помощью музыки угадываем танцевальные образы и выполняем их. Танцевальная игра «Муха».	
13.	29.10.24	репетиция	Разминка. Упражнения на развитие силы мышц. Элемента танца «Ватрушки». Игра «Танцевальный баттл».	
14.	31.10.24	репетиция	Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса. Элемента танца «Ватрушки». Игра «Нука-нака».	
15.	05.11.24	репетиция	Разминка. Постановочная работа танец «Ватрушки». Танцевальная игра «Повар-булочка».	
16.	07.11.24	репетиция	Разминка. Постановочная работа танец «Ватрушки». Танцевальная игра «Повар-булочка».	
17.	12.11.24	тренировка	Разминка. Игропластика. Постановочная работа танец «Ватрушки». Игра «Ток бежит».	
18.	14.11.24	тренировка	Разминка. Упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности. Танец «Ватрушки». Игра «Голова, плечи».	
19.	19.11.24	тренировка	Разминка. Упражнения на развитие точности и	

			ловкости. Танцевальная игра «В поход пойдем».	
20.	21.11.24	творческое занятие	Разминка. Имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения. Танцевальная игра «Ускорялка».	
21.	26.11.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
22.	28.11.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
23.	03.12.24	тренировка	Разминка. Различные перестроения. Танец «Восточный». Игра «Тик-ток».	
24.	05.12.24	тренировка	Разминка. Различные перестроения. Танец «Ватрушки». Игра «Акула и рыбы».	
25.	10.12.24	тренировка	Разминка. Игропластика. Танец «Восточный». Игра «Зеркало».	
26.	12.12.24	тренировка	Разминка. Разнообразные танцевальные образы. Танцевальная игра «Цвета».	
27.	17.12.24	репетиция	Разминка. Упражнения на развитие силы мышц. Танцевальная игра «Новогодний рэп».	
28.	19.12.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
29.	24.12.24	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
30.	26.12.24	открытый показ	Танец «Восточный». Танец «Ватрушки».	выступление на новогоднем утреннике
31.	09.01.25	репетиция	Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники	

			безопасности. Разминка. Игропластика. Элементы танца «Танцуй со мной». Игра «Царевна-несмеяна».	
32.	14.01.25	репетиция	Разминка. Упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности. Элементы танца «Танцуй со мной». Игра «Корова».	
33.	16.01.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Танцуй со мной». Игра «Цапля и лягушки».	
34.	21.01.25	репетиция	Разминка. Хореографические упражнения. Постановочная работа танца «Танцуй со мной». Игра «Комар и мухи».	
35.	23.01.25	репетиция	Разминка. Игропластика. Постановочная работа танца «Танцуй со мной». Игра «Фигуры».	
36.	28.01.25	творческое занятие	Разминка. Имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения. Танцевальная игра «Ягода-малинка».	
37.	30.01.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
38.	04.02.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
39.	06.02.25	репетиция	Разминка. Различные виды бега. Упражнения на координацию рук и ног. Танцевальные вариации «Флэшмоб». Игра «Волшебная шляпа».	
40.	11.02.25	репетиция	Разминка. Различные виды	

			ходьбы. Танцевальные вариации «Пегас». Игра «Акула и рыбы».	
41.	13.02.25	тренировка	Разминка. Упражнения на развитие силы мышц. Танцевальная игра «Единорожка».	
42.	18.02.25	репетиция	Разминка. Игропластика. Элементы танца «Крокодил». Игра «Царевна-несмеяна».	
43.	20.02.25	тренировка	Разминка. Игропластика. Элементы танца «Крокодил». Игра «В цвета».	
44.	25.02.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
45.	27.02.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
46.	04.03.25	открытый показ	Танец «Танцуй со мной».	выступление на празднике 8 марта
47.	06.03.25	репетиция	Разминка. Прыжковые движения. Элементы танца «Чоколака». Игра «Дружно мелим кофе».	
48.	11.03.25	тренировка	Разминка. Различные перестроения. Элементы танца «Чоколака». Игра «Зеркало».	
49.	13.03.25	репетиция	Разминка. Элементы танца «Мечта зовет». Игра «Инопланетяне».	
50.	18.03.25	репетиция	Разминка. Различные основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад. Элементы танца «Мечта зовет». Импровизация танцевальных движений.	
51.	20.03.25	репетиция	Разминка. Упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности,	

			точности и ловкости. Постановочная работа танца «Мечта зовет». Игра «Шалтай-болтай».	
52.	25.03.25	репетиция	Разминка. Упражнения на развитие силы мышц. Постановочная работа танца «Мечта зовет». Игра «Животные».	
53.	27.03.25	репетиция	Разминка. Хореографические упражнения. Элементы танца «Дочки сыночки». Игра «Бытовые приборы».	
54.	01.04.25	репетиция	Разминка. Танцевальные образы «Усталая старушка», «Разбойники». Элементы танца «Дочки сыночки». Игра «Крутое движение».	
55.	03.04.25	тренировка	Разминка. Танцевальные образы «Феи», «Обезьянки». Элементы танца «Дочки сыночки». Игра «Морская фигура замри».	
56.	08.04.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Дочки и сыночки». Танцевальная игра «Стоп, танцуй».	
57.	10.04.25	репетиция	Разминка. Постановочная работа танца «Дочки и сыночки». Танцевальная игра «Рок-н-ролл».	
58.	15.04.25	репетиция	Разминка. Игропластика. Танцевальные вариации «Лялечка». Игра «Ча-ча, ляля».	
59.	17.04.25	репетиция	Разминка. Танцевальные образы «Удивленный енот», «Злой волк, «Убегающий заяц». Танцевальные вариации «Дэнс с Тэди». Игра «Двигай телом».	
60.	22.04.25	тренировка	Разминка. Танец «Мечта	

			звет». Игра «Импровизация Такатак».	
61.	24.04.25	репетиция	Разминка. Танец «Дочки и сыночки». Танцевальные вариации «Крестики-нолики». Игра «Акула и рыбы».	
62.	29.04.25	репетиция	Разминка. Игропластика. Элементы детских танцев «Смайлики». Игра «Крутое движение».	
63.	06.05.25	тренировка	Разминка. Хореографические упражнения. Элементы детских танцев «Смайлики». Игра «Автомобили».	
64.	13.05.25	тренировка	Разминка. Различные перестроения. Повторение изученных танцев. Игра «Фигуры».	
65.	15.05.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
66.	20.05.25	тренировка	Разминка. Репетиционная работа над репертуаром.	
67.	22.05.25	открытый показ	Танец «Мечта звет». Танец «Дочки и сыночки»	выступление на выпускном празднике

## 2.3. Условия реализации программы

### 2.3.1. Ресурсное обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение	<p>Спортивный зал находится на первом этаже и полностью оборудован спортивным инвентарем. Имеется музыкальный центр. Программно-методические материалы соответствуют возрастным особенностям, учитывают состояние здоровья детей. Музыкальный зал находится на первом этаже. Имеются фортепиано, музыкальный центр, мультимедийное оборудование, детские музыкальные инструменты, ноутбук. Программно-методические материалы соответствуют возрастным особенностям, учитывают индивидуальные особенности детей.</p>
-------------------------------------	---

	<p><b>Технические средства</b> обучения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Музыкальный центр</li> <li>2. Компьютер</li> <li>3. Мультимедийное оборудование</li> </ol> <p><b>Учебно-наглядные пособия:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. USB-флэш- накопители</li> <li>2. Презентации</li> <li>3. Костюмы</li> <li>4. Атрибутика к танцам</li> <li>5. Игрушки</li> <li>6. Наглядные пособия</li> <li>7. Плакаты</li> <li>8. Ковры для упражнений на полу</li> </ol>
Информационное обеспечение	аудио файлы

## 2.4. Методические материалы

### Методы обучения:

- словесный (устное изложение, беседа);
- 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 образовательной деятельности:

- групповая;
- ансамблевая (постановочная работа);
- игровая (при выполнении танцевальных игр, творческих заданий, танцевальных образов).

### Формы организации учебного занятия:

- тренировочное занятие (выполнение упражнений на формирование танцевальной техники);
- репетиция (постановка танцевальных номеров для выступлений);
- творческое занятие (выполнение творческих индивидуальных и групповых заданий).

### Средства реализации Программы

- яркий показ педагога не только движений, но и эмоций в танце;
- набор основных движений для постановки корпуса, развития мышечной силы, развития подвижности суставов;

- танцевальные игры и танцевальные образы как игровое средство научения танцевальному движению и импровизации;
- набор музыкального материала, применяемый в соответствии с возрастными особенностями группы и уровнем подготовленности детей.

## **2.5.Список литературы**

- 1.Буренина А.И. Ритмическая мозаика С - Пб., 2015г.
2. Зарецкая Н., Роот З. Танцы в детском саду М. Айрис Пресс, 2004г.
3. Савчук О. Школа танцев для детей Л., 2009
4. Бекина С.И., Ломова Т.П. Музыкальное движение М. «Просвещение», 1984
5. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. С - Пб. «Детство-Пресс», 2016г.
6. Майстрова Л.Ф. Хореография, ребенок и природа. М. Издательство ГНОМ, 2012

**Лист изменений и дополнений**

№ п/п	Содержание изменений, дополнений	Дата внесения изменений	Основания внесения изменений