



**Администрация города Нижнего Новгорода**  
**Департамент образования**  
**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**  
**«Детский сад № 342 «Теремок»**  
603146, город Нижний Новгород,  
улица Бекетова, дом 49 – б,  
тел./ факс: (831)417-02-51  
e-mail: [teremok342@yandex.ru](mailto:teremok342@yandex.ru)

На педагогическом совете №1  
МБДОУ «Детский сад № 342 «Теремок»  
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Приказ № 72 -О от 30.08.2022 г.

Ильичева Елена  
Петровна

Подписано цифровой  
подписью: Ильичева Елена  
Петровна  
Дата: 2022.11.30 16:06:48 +03'00'

**Дополнительная общеразвивающая программа**  
**занятия в танцевальной студии «Ритм»**  
**(новая редакция)**

Возраст обучающихся: 6-7 лет  
Срок реализации: 9 месяцев

г. Нижний Новгород

## Содержание:

<b>1.Раздел I «Основные характеристики».....</b>	<b>3</b>
1.1. Объем и содержание.....	3
1.2.Планируемые результаты.....	6
<b>2.Раздел II «Организационно — педагогические условия».....</b>	<b>7</b>
2.1.Учебный план.....	7
2.2 Календарный учебный график.....	7
2.3.Рабочая программа .....	9
2.4.Оценочные материалы.....	14
2.5.Методические материалы.....	14
Список литературы.....	15
Приложение	

## Раздел I.

### «Основные характеристики»

#### 1.1.Содержание и объем.

##### Пояснительная записка.

Нормативной базой к составлению программы являются:

- Федеральный закон РФ "Об образовании в Российской Федерации", N 273-ФЗ  
29.12.2012
- СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи
- Устав МБДОУ «Детский сад № 342 «Теремок».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

**Направленность программы – художественно - эстетическая.**

**Адресат программы - дети дошкольного возраста от 6 лет**

**Актуальность программы.**

Основываясь на синтезе музыки и пластики, программа открывает огромные возможности для воспитания души и тела, способствует психологическому раскрепощению ребёнка, самовыражению через движения. Обучение хореографии – всегда диалог, даже когда воспитанник еще маленький человек, но все равно от его настойчивости, целеустремленности в желании постигать тайны искусства танца зависит успех совместного труда. Именно занятия хореографией помогают творчески реализовать двигательную потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка.

Данная программа обусловлена практической значимостью: музыкально- ритмические движения, разученные детьми на компонентах непосредственно образовательной деятельности, могут применяться для дальнейшего обучения в танцевально – хореографическом объединении. Хореографическая деятельность является хорошей школой

общения. Здесь закладываются основы дружбы, взаимопонимания, взаимовыручки, ответственности, умения сочетать общественные и личные интересы, испытывать радость от коллективного труда. Программа направлена на художественное воспитание ребенка, обогащение его духовного мира, на развитие творческого потенциала личности, устойчивого интереса к танцевальному искусству, активному здоровому образу жизни.

Новизна программы в том, что она основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

На компоненте непосредственно образовательной деятельности используются различные виды музыкально – ритмической деятельности: образно – игровые композиции (сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные, пантомимические движения), танцевальные композиции и сюжетные танцы.

### **Цель программы:**

- воспитание личности ребенка через эстетическую и нравственную силу хореографического искусства и создание условий для развития творческих способностей дошкольника посредством танца.

### **Задачи:**

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- выразительно двигаться под современные ритмы, добиваясь естественности и непринужденности исполнения.
- формировать правильную осанку;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- воспитание эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
- воспитание эстетического восприятия, всесторонне развитой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
- Воспитание чувства коллективизма и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей;

### **Методы успешной реализации программы:**

- словесные (беседа, рассказ, объяснение, пояснение, анализ);
- наглядные (демонстрация схем, показ видеополос и т.д.);
- практические (упражнения, игра, этюды);



- Используются и нетрадиционные методы: синхронное и зеркальное восприятие;
- перевод из одного пространства в другое;
- использование образных названий движений, например: «показать сапожки» - выставить ногу на каблук. Пользуясь различными образно – игровыми приемами, можно заниматься партерной гимнастикой: «куклы в магазине» - упражнения для шеи, «ванька–встанька» - лечь, встать, наклон, и т. д.;
- метод контактных занятий (танцевальная игра). Педагог является соавтором, сначала он ведущий, потом обучающиеся;
- метод компромиссного решения (встать рядом, пожать руку – передать энергетику, смена ролей);
- концентрический метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций вновь возвращается к пройденному, но уже предлагает все более сложные задания.

**Программа разработана с учетом основных принципов:**

- принцип последовательности и постепенности.
- принцип от «простого к сложному»
- опора на детский жизненный опыт.
- принцип творческой активности - творческие задания, дети сами придумывают сюжет к танцу, импровизируют.
- принцип учета индивидуальных способностей способствует всему процессу обучения танца.

**Объем и срок реализации программы** — программа рассчитана на 72 часа (9 месяцев обучения).

**Форма обучения** – проведение занятий планируется 8 раз в месяц , продолжительность занятия 25 минут во вторую половину дня.

**Материально — техническое обеспечение:**

- 1.Аудиодиски детских песен- 3 шт
- 2.Аудиодиски детских песен- 3 шт
- 3.Флешка
- 4.Костюмы детские танцевальные

**Информационное обеспечение :**

Электронные образовательные ресурсы:

1. [www.niro.nnov.ru](http://www.niro.nnov.ru)
2. [www.nsportal.ru](http://www.nsportal.ru)

3. [www.lib.tr200.net](http://www.lib.tr200.net)

4. [www.chudopredki.ru](http://www.chudopredki.ru)

5. [www.maaam.ru](http://www.maaam.ru)

6. [www.doshvozrast.ru](http://www.doshvozrast.ru)

### **1.2. Планируемые результаты.**

Должны уметь:

- акцентировать шаг на первую долю в марше и в размере;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов; -различать особенности маршевой музыки, спортивной, военной, вальсовой; -исполнять импровизацию на свободную тему.

Должны знать:

- основные элементы классического танца;
- характерные движения рук в народных танцах: русском;
- чувствовать и знать жанры музыки;

### **Форма проведения аттестации.**

1. Промежуточный мониторинг. Организуется по окончании изучения больших разделов образовательной программы.
2. Итоговые результаты освоения программы проводятся в форме итогового занятия-развлечения, с приглашением родителей.

### **Форма отслеживания и фиксации образовательных результатов.**

- аналитическая справка
- журнал посещаемости

**Раздел II.**  
**«Организационно — педагогические условия»**

**2.1. Учебный план.**

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение.	1	0,5	0,5
2.	Азбука музыкального движения.	12	3,5	8,5
3	Элементы классического танца	10	3	7
4.	Элементы народного танца	10	3	7
5.	Гимнастика	9	1	8
6	Пластика	10	1	9
7	Основы современного танца	-	-	-
8	Импровизация	-	-	-
9	Этюдная работа	10	1	9
10	Концертная деятельность	10	0,5	9,5
<b>Итого:</b>		<b>72</b>	<b>13,5</b>	<b>58,5</b>

**2.2 Календарный учебный график.**

№	Тема	Месяцы / часы								
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1.	Введение. Познакомиться с расписанием занятий, правилами поведения, техникой безопасности.	1								
2.	Азбука музыкального движения.	7	5							

	Сформировать учебнопознавательный интерес к музыкальным произведениям. Различать музыку по темпу, определять ритм и размер.							
3	Элементы классического танца. Приобретать и осуществлять практические навыки и умения в классическом танце.	3	7					
4	Элементы народного танца. Знать истоки зарождения народного танца. Значение движения притоп, ковырялочка и т.д. Уметь исполнять эти движения.		1	8	1			
5.	Партерная гимнастика. Освоить гимнастические упражнения.				7	2		
6.	Пластика. Приобретать и осуществлять практические навыки и умения в импровизации.					6	4	
7	Этюдная работа. Умение исполнять сюжетно-образные этюды, а также придумывать к ним свои движения					4	6	



8	Концертная деятельность. Ежегодно оформляется в виде репертуарного плана. Научиться работать в группе	2	8
---	---	---	---

<b>Итого: 72</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
------------------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------

### 2.3.Рабочая программа

#### I. Вводное занятие - 1 ч.

1. Установка расписания занятий, требование к дисциплине, к внешнему виду и форме. Техника безопасности. Входная диагностика умений и навыков обучающихся. Форма – учебное занятие.

#### II. Азбука музыкального движения- 12 ч.

1.Теория. Понятие «мелодия», «движение». Связь между ними.

Практика. Игра на развитие чувства ритма «тихо-громко». Форма – учебное занятие.

2.Теория. Повторение понятия «мелодия и движение».

Практика. Дети учатся под разные мелодии выражать в танцевальных движениях их характер. Форма – учебное занятие.

3.Теория. Музыкальный темп.

Практика. Дети самостоятельно в прыжках, в подскоках изображают быстрый темп, в плавных движениях- умеренный, в неспешном хождении – медленный. Форма – учебное занятие.

4.Теория. Музыкальный размер.

Практика. Дети хлопками отображают музыкальный размер. Музыкальные размеры- 2/4, 3/4, 4/4, устным счетом выделяют нужный размер. Форма – учебное занятие.

5.Теория. Контрасты музыки. Практика. Дети определяют словами характер музыки, изображают его в танцевальных движениях. Форма – учебное занятие.

6.Теория. Такт. затакт.

Практика. Дети учатся на затакт «вздохнуть» руками или ногой, а потом на такт топнуть. Форма – учебное занятие.

7. Теория. Повторение понятия такт и затакт.

Практика. Игра «вступи в музыку». Форма – учебное занятие.

8. Теория. Понятие «колонна», «линия», «цепочка» и т.д.  
Практика. Умение строиться в круг, в линию и цепочку. Форма – учебное занятие.
9. Теория. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие.  
Практика. Дети учатся перестроениям из круга в колонки по одному, затем – по двое, затем в обратном порядке. Форма – учебное занятие.
10. Теория. Музыкально-пространственные упражнения.  
Практика. Дети учатся маршировке танцевальным шагом, движением для развития координации движения. Форма – учебное занятие.
11. Теория. Музыкально-пространственные упражнения.  
Практика. Изучение фигурной маршировки «колонна», «линия», «круг», «змейка» и т.д.  
Форма – учебное занятие.
12. Теория. Музыкально-пространственные упражнения.  
Практика. Музыкально-ритмическая игра на перестроение. Форма – учебное занятие.
- III. Элементы классического танца-10 ч.
1. Теория. Система классического танца. Беседа о выдающихся балетмейстерах. Форма – учебное занятие.
2. Теория. Правила постановки корпуса. Цели и задачи постановки корпуса на середине зала.  
Практика. Проучивание постановки корпуса. Форма – учебное занятие.
3. Теория. Постановка корпуса. Условия постановки корпуса (ровная спина, втянут живот, поджаты ягодицы, натянуты колени). Форма – учебное занятие.
4. Теория. Правила исполнения позиции рук.  
Практика. Показ детям позиций рук в классическом танце. Муз.размер 4/4. Форма – учебное занятие.
5. Теория. Повторение правил исполнения позиции рук.  
Практика. Изучение с детьми 1,2,3 позиций рук и подготовительного положения рук.  
Взаимосвязь движения и музыки. Форма – учебное занятие.
6. Теория. Правила исполнения позиции ног.  
Практика. Показ основных позиций ног в классическом танце. Форма – учебное занятие.
7. Теория. Повторение правил исполнения позиции ног .  
Практика. Изучение основных позиций ног (3.6.1). На середине зала (позиции в полувыворотном положении). Форма – учебное занятие.
8. Теория. Перевод термина Port de bras. Назначение термина. С чем комбинируется.  
Практика. Показ в законченной форме. Форма – учебное занятие.
9. Теория. Повторение перевода термина Port de bras и его назначения.

Практика. Изучение с детьми первого Port de bras. Форма – учебное занятие.

10. Теория. Правила исполнения прыжка.

Практика. Прыжки по 6-й позиции ног, Форма – учебное занятие.

IV. Элементы народного танца. 10 ч.

1. Теория. Народный танец. Истоки зарождения народного танца. Форма – учебное занятие.

2. Теория. Правила положения рук в танце.

Практика. Положения рук в народном танце «поясок», «кулачки на бочок», «матрешка» и «юбочка». Форма – учебное занятие.

3. Теория. Повторение правила положения рук в танце.

Практика. Закрепление положений рук в народном танце «поясок», «кулачки на бочок», «матрешка» и «юбочка». Форма – учебное занятие.

4. Теория. Танцевальные шаги.

Практика. Изучение танцевальных шагов (простой шаг, шаг с носка, высокий шаг). Форма – учебное занятие.

5. Теория. Танцевальные шаги.

Практика. Составление танцевальной комбинации на 4 т. 4/4, на основе ранее изученных шагов. Форма – учебное занятие.

6. Теория. Понятие притоп.

Практика. Изучение основных движений с притопом (шаг в сторону, тройной притоп). Форма – учебное занятие.

7. Теория. Повторение понятия притоп.

Практика. Составление танцевальной комбинации на основе изученных «притопов» на 2 т. 4/4. Форма – учебное занятие.

8. Теория. Правила выведения ноги на каблук. Понятие «носок», «каблук». Правила выведения ноги на каблук в движении «ковырялочка».

Практика. Изучение «ковырялочки» вперед. Форма – учебное занятие.

9. Теория. Повторение правил выведения ноги на каблук.

Практика. Повторение и закрепление 1-го варианта «ковырялочки». Теория. Знакомство детей со 2-м видом «ковырялочки». Форма – учебное занятие.

10. Теория. Закрепление правил исполнения движения «ковырялочка».

Практика. Повторение движения «ковырялочка». Форма – учебное занятие.

V. Партерная гимнастика.

1. Теория. Значение гимнастики и её роль в хореографии. Форма – учебное занятие. 2.

Теория. Понятие гимнастические упражнения.



Практика. Выполнение упражнений, направленных на растяжку мышц стопы. Форма – учебное занятие.

3. Теория. Гимнастические упражнения.

Практика. Выполнение упражнений направленных на выворотность ног. Форма – упражнение.

4. Теория. Гимнастические упражнения.

Практика. Выполнение упражнений, направленных на подвижность коленного сустава. Форма –упражнение.

5. Теория. Гимнастические упражнения.

Практика. Выполнение упражнений, направленных на улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Форма –упражнение.

6. Теория. Гимнастические упражнения.

Практика. Выполнение упражнений, направленных на увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы. Форма –упражнение.

7. Теория. Гимнастические упражнения.

Практика. Выполнение упражнений, направленных на улучшения подвижности суставов позвоночника. Форма –упражнение.

8. Теория. Гимнастические упражнения.

Практика. Выполнение упражнений, направленных на укрепление мышц спины. Форма – упражнение.

9. Теория. Гимнастические упражнения.

Практика. Выполнение упражнений для формирования танцевального шага. Форма – упражнение.

10. Теория. Гимнастические упражнения.

Практика. Выполнение упражнений, направленных на исправление осанки. Форма – упражнение.

VI. Пластика- 10 ч.

1. Теория. Музыкально-пластические импровизации.

Практика. Импровизация «Первая потеря» (каждый ребенок импровизирует предлагаемую ситуацию, как бы отвечая на вопросы: где, когда, почему, что потерял? Форма –упражнение.

2. Практика. Музыкально-пластические импровизации. «Подарок» (дети свободно и эмоционально передают радостное настроение в связи с полученным подарком). Форма – упражнение.

3. Практика. Музыкально-пластические импровизации. «Осенние листья» (ветер играет

осенними листьями, они кружатся в причудливом танце, постепенно опускаясь на землю).  
Форма –упражнение.

4. Практика. Музыкально-пластические импровизации. «Утро» (дети лежат на ковре-спяте, ощущают как солнечный луч скользнул по лицу, медленно открывают глаза, потягиваются, подходят к окну, любуются ранним утром). Форма –упражнение.

5. Практика. Музыкально-пластические импровизации. «Бабочки» (на летнем лугу летают бабочки, собирают нектар с цветов, другие порхают в своем радостном танце). Форма –упражнение.

6. Практика. Музыкально-пластические импровизации. «В стране цветов» (в стране цветов праздничный бал, каждый цветок радостное настроение). Форма –упражнение.

7. Практика. Музыкально-пластические импровизации. «Снежинки» (то медленно, то быстро опускаются на землю, кружась и искрясь в своем волшебном танце). Форма –упражнение.

8. Практика. Музыкально-пластические импровизации. «Заколдованный лес» (страшно и таинственно в заколдованном лесу, ветви шевелятся медленно извиваясь, заманивают путников в самую чашу...) Форма –упражнение.

9. Практика. Музыкально-пластические импровизации. «В царстве золотой рыбки» (плавают рыбки, извиваются водоросли, раскрываются и закрываются раковины, быстро перемещается по дну краб). Форма –упражнение.

10. Практика. Музыкально-пластические импровизации. «Город роботов» (роботы вышли на улицы города, они сделаны из металла и пластика, их движения резкие и упругие). Форма –упражнение.

## VII. Этюдная работа-10 ч.

1. Теория. Понятие этюда. Практика. Постановка этюда «Веселые цыплята». Дети определяют характер цыплят через шаги, бег, прыжки и т.д. Форма – учебное занятие.

2. Теория. Постановка этюдов. Практика. Закрепление и отработка изученного этюда «Веселые цыплята». Форма – учебное занятие.

3. Теория. Постановка этюда. Практика. Закрепление изученных движений «Веселые цыплята». Составление на основе данных движений танцевальной комбинации на 4 т. 4 4  
Форма – учебное занятие.

4. Теория. Постановка этюда «Цветочек». Практика. Дети определяют характер музыкального сопровождения и на основе его подбирают танцевальные движения (шаги, кружения, наклоны, упражнения рук и т.д.) Форма – учебное занятие.

5. Теория. Постановка этюдов. Практика. Закрепление и отработка изученного этюда «Цветочек». Форма – учебное занятие.



6. Теория. Постановка этюда. Практика. Закрепление изученных движений «Цветочек». Составление на основе данных движений танцевальной комбинации на 4 т. 4/4. Форма – учебное занятие.

7. Теория. Постановка танца. Практика. Изучение основных движений танца «Рычажок» (два рывка согнутой в колене ногой вверх к локтю руки и прыжок. Форма – учебное занятие.

8. Теория. Постановка танца. Практика. Закрепление и отработка основных движений и исходного положения в танце. Форма – учебное занятие.

9. Теория. Постановка танца. Практика. Закрепление изученных движений «Рычажок». Составление на основе данных движений танцевальной комбинации на 4 т. 4/4. Форма – учебное занятие.

10. Теория. Постановка танца.

Практика. Исполнение танца «Рычажок». Форма – учебное занятие.

VIII. Концертная деятельность-10 ч.

Оформляется ежегодно в виде репертуарного плана.

#### **2.4.Оценочные материалы.**

1. - методика О. П. Радыновой.
2. - педагогическое наблюдение.
3. - качественное участие детей в конкурсах, фестивалях, массовых мероприятиях и концертах.

#### **2.5.Методические материалы.**

В процессе обучения предусматриваются следующие формы обучения:

- викторина;
- соревнование;
- учебное занятие;
- концертные выступления;

Методы обучения:

- словесные (беседа, рассказ, объяснение, пояснение, анализ);
- наглядные (демонстрация схем, показ видеофильмов и т.д.);
- практические (упражнения, игра, этюды);

Используются и нетрадиционные методы:

- синхронное и зеркальное восприятие;
- перевод из одного пространства в другое;
- использование образных названий движений, например: «показать сапожки» - выставить ногу на каблук.

Пользуясь различными образно – игровыми приемами, можно заниматься партерной гимнастикой: «куклы в магазине» - упражнения для шеи, «ванька–встанька» - лечь, встать, наклон. и т. д.:

- метод контактных занятий (танцевальная игра).
- Педагог является соавтором, сначала он ведущий, потом обучающиеся;
- метод компромиссного решения (встать рядом, пожать руку – передать энергетику, смена ролей);
- концептуальный метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций вновь возвращается к пройденному, но уже предлагает все более сложные задания

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Буренина А. И. 100 творческих игр для развития дошкольников.  
Жанр: Пособие. Издательство: Ярославль: Академия развития, Год: 2005
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической  
пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е  
изд., испр. и доп. — СПб.: ДООРО, 2000
3. Буренина А. И. «СН-ФН-ДАРСЕ», Санкт - Петербург  
«ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2007.