

Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение  
«Центр развития ребенка – детский сад № 116 г. Орска «Ералашка»

Принят на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от «30» августа 2022г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Заведующий МДОАУ  
«ЦРР – детский сад № 116 г. Орска»  
Пьянкова Л.В.  
Приказ № 63 от 30.08.2022г.

С учётом мнения родителей  
Протокол Совета родителей  
№ 1 от «30» августа 2022г.

**Дополнительная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
проведение занятий по курсу «Основы хореографии»  
«Танцевальный калейдоскоп»  
Возраст детей: 3 - 7 лет  
Срок реализации: 1 год  
(с 01.09.2022г. по 31.08.2023г.)**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Разделы программы</b>	<b>стр.</b>
<b>1.Целевой раздел дополнительной общеразвивающей программы</b>	<b>3</b>
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цель и задачи реализации дополнительной общеразвивающей программы	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию дополнительной общеразвивающей программы	4
1.1.3.Значимые характеристики для реализации общеразвивающей программы. Возрастные и индивидуальные особенности учащихся.	4
1.2. Планируемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы	6
<b>2. Содержательный раздел дополнительной общеразвивающей программы</b>	<b>8</b>
2.1. Учебно-тематическое планирование	8
2.1.1. Младшая группа	8
2.1.2. Средняя группа	8
2.1.3. Старшая группа	8
2.1.4. Подготовительная к школе группа	8
2.2. Содержание образовательной работы	9
2.2.1. Содержание образовательной работы по освоению дополнительной общеразвивающей программы детьми 3-4 года	9
2.2.2. Содержание образовательной работы по освоению дополнительной общеразвивающей программы детьми 4-5 лет	11
2.2.3. Содержание образовательной работы по освоению дополнительной общеразвивающей программы детьми 5-6 лет	13
2.2.4. Содержание образовательной работы по освоению дополнительной общеразвивающей программы детьми 6-7 лет	19
2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации дополнительной общеразвивающей программы	26
2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями учащихся	27
2.5. Формы, порядок и периодичность проведения промежуточной аттестации учащихся.	28
<b>3. Организационный раздел дополнительной общеразвивающей программы</b>	<b>28</b>
3.1. Описание материально-технического обеспечения дополнительной общеразвивающей программы	28
3.2.Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	28
3.3. Время и сроки реализации общеразвивающей программы	28

## **1. Целевой раздел дополнительной общеразвивающей программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Дополнительная общеразвивающая программа составлена в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарные правила 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28);
- СП 3.1/2.4.3598-20 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) (Утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 года № 16; в ред. Постановлений Главного государственного санитарного врача РФ от 02.12.2020 года № 39);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (документ с изменениями, внесенными приказом

Минпросвещения России от 5 сентября 2019 года N 470 и приказом Минпросвещения России от 30 сентября 2020 года N 533);

- Постановлением Правительства РФ от 15 сентября 2020 г. № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг».

Форма обучения: очная. Форма работа с учащимися: подгрупповая, индивидуальная. Основная организационная форма обучения - занятие. Принципы формирования группы: разница в возрасте учащихся не должна превышать 1 год, число участников группы 10-12 детей.

#### **1.1.1. Цель и задачи реализации дополнительной общеразвивающей программы**

**Цель:** прививать интерес дошкольников к хореографическому искусству; развивать их творческие способности посредством танцевального искусства.

**Задачи:**

- Формирование у детей специфических знаний, умений и навыков таких как: выработка правильной, красивой осанки; развитие мышечного чувства; умение красиво и координационно правильно двигаться под музыку.
- Развитие музыкального слуха и чувства ритма.
- Активизация и развитие творческих и созидательных способностей детей.
- Развитие необходимых двигательных навыков, повышение функциональных возможностей внутренних органов и систем.
- Совершенствование психомоторных способностей детей.
- Формировать у детей культуру поведения и общения.
- Прививать детям навыки вежливости, умения вести себя в обществе.
- Формирование у детей эстетического вкуса.
- Воспитание в детях силы воли, трудолюбия и дисциплины.

#### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию дополнительной общеразвивающей программы**

Программа разработана с учетом следующих основных **принципов:**

- **Наглядность.** Показ физических упражнений, образный рассказ, подражание, имитация известных детям движений.
- **Доступность.** Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка, соответствие содержания возрастным особенностям учащихся.
- **Систематичность.** Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнение техники их исполнения.
- **Закрепление навыков** Многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.
- **Индивидуальный подход.** Учет особенностей возраста, особенностей каждого ребенка. Воспитание интереса к занятиям, активности ребенка.
- **Сознательность.** Понимание пользы упражнений. Потребность их выполнения в домашних условиях.

Основными **подходами** к формированию Программы являются:

- индивидуальный подход, предписывающий гибкое использование педагогам различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку;
- личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка
- создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей;
- средовой подход, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка.

#### **1.1.3. Значимые характеристики для реализации общеразвивающей программы.**

**Возрастные и индивидуальные особенности учащихся.**

**Младший дошкольный возраст 3-4 года:**

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение под музыку доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер.

#### **Средний дошкольный возраст 4-5 лет:**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального возраста, средств музыкальной выразительности.

#### **Старший дошкольный возраст 5-6 лет:**

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.

#### **Старший дошкольный возраст 6-7 лет:**

Дети уже произвольно владеют навыками выразительного и ритмичного движения. Они могут передавать движениями разнообразный характер музыки, несложный ритмический рисунок, изменять движения в связи со сменой частей музыкального произведения. Детям доступно овладение разнообразными движениями (от ритмичного бега с высоким подъемом ноги и подскоков с ноги на ногу до шага польки, полуприседаний и т.д.).

#### **Индивидуальные особенности детей.**

При выявлении индивидуально-типологических особенностей, было выделено четыре типа темперамента. Знания черт темперамента помогает найти индивидуальный подход в воспитании и получение желаемого результата.

**Сангвиник.** Дружелюбен, общителен, жизнерадостен, довольно покладист и рассудителен, легко идет на компромисс, приспосабливается к непривычной обстановке, активен, подвижен, импульсивен, незлопамятен, недостает терпения и упорства, поэтому часто не может сосредоточиться на каком-то одном виде деятельности.

**Холерик.** Неугомонный озорник и задира. Приступы раздражения и гнева для него обычное явление. Легко адаптируется к непривычной обстановке, но из-за своего вспыльчивого характера довольно редко находит общий язык со сверстниками. Склонен к игре на публику, постоянно нуждается в зрителях, от которых ждет ответной реакции. Новую информацию усваивает быстро, но уже через несколько минут она вылетает у него из головы. Холерик любит активные шумные игры и новые впечатления, охотно идет на риск. Такие дети невнимательны, им не хватает рассудительности и умения рассчитывать свои возможности.

**Флегматик.** Очень спокоен, сдержан, серьезен. На первый взгляд может показаться вялым и неэмоциональным. Не слишком любознателен, предпочитает тихие игры и крайне редко занимает позицию лидера среди других детей. Тяжело и долго приспосабливается к новой обстановке, плохо переносит перемены. Боится рисковать и не любит проявлять инициативу. Медлителен, для усвоения новой информации ему требуется немало времени, но однажды полученные знания прочно закрепляются в его памяти.

**Меланхолик.** Застенчив, робок, нерешителен. Во всех его движениях, жестах, речи проявляется неуверенность. Такие дети часто замыкаются в себе, очень плохо привыкают к новому коллективу. Знания даются меланхолику с большим трудом, так как малыш постоянно отвлекается на посторонние предметы и не может сосредоточиться на главном. Меланхолические дети очень мнительны, они нередко волнуются по пустякам и крайне болезненно реагируют на наказания и отрицательные оценки.

Некоторые учащиеся испытывают трудности при работе вместе со всей группой, так как методы обучения, применяемые педагогом, не соответствуют их индивидуальным особенностям. Причиной могут быть различия дошкольников в преобладающем способе

восприятия информации. Педагогу важно знать особенности восприятия своих учащихся. Опираясь на эти знания, можно помогать детям усваивать учебный материал, задействуя по возможности все каналы ввода информации. По индивидуальным особенностям восприятия детей выделяют три группы: аудиалы, визуалы, кинестеты.

Аудиалы – это учащиеся, отдающие предпочтение слуховому восприятию. Они хорошо воспринимают устное объяснение, любят слушать, но и с нетерпением ждут возможности высказаться.

Визуалы – это учащиеся, отдающие предпочтение зрительному восприятию. Они обучаются на основе наблюдений и демонстраций, невосприимчивы к звукам, отвлекаются на зрительную информацию.

Кинестеты – обучаются в действии, через непосредственное участие в деле, они импульсивны, сразу начинают действовать, выбирают решения, требующие активных действий. Для учащихся с преимущественно кинестетическим типом восприятия лучший способ игра.

## **1.2. Планируемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы.**

Программа рассчитана на 1 год обучения и предполагает достижение следующих результатов:

### **Дети 3-4 лет смогут:**

- Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем.
- Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу.
- Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.
- Овладевают навыками ритмической ходьбы.
- Умеют хлопать и топать в такт музыки.
- Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

### **Дети 4-5 лет смогут:**

- Учащиеся знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения.
- Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года 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 этого года обучения.

### **Дети 5-6 лет смогут:**

- 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 этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.

### **Дети 6-7 лет смогут:**

- 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, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Итоговая аттестация учащихся проходит в форме открытых итоговых занятий.

С целью контроля знаний учащихся и проверки результативности обучения применяются такая форма, как открытое итоговое занятие. Основной метод контроля: педагогическое наблюдение. Объектом мониторинга являются хореографические способности

детей. На открытом занятии оценка параметров развития учащихся осуществляется по следующим критериям:

- Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений в музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

Высокий – умеет передавать характер музыки, самостоятельно начинает и заканчивает движение вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки.

Средний – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

Низкий – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, с началом и концом произведения.

- Координация движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе и при выполнении других видов движений.

Высокий – правильное и точное исполнение ритмических и танцевальных композиций, упражнений, правильное сочетание рук и ног при ходьбе.

Средний – не всегда точное и правильное исполнение движений в композициях и упражнениях, некоторая раскоординированность рук и ног при ходьбе.

Низкий – затрудняется в выполнении движений, отсутствие координации рук, ног при выполнении упражнений и танцевальных композиций.

- Пластичность, гибкость – мягкость, плавность и музыкальность движений рук и тела при выполнении движений.

Высокий – движения очень гибкие, пластичные в течение выполнения задания, полностью соответствуют характеру звучащей музыки и игровому образу.

Средний – движения не всегда гибкие и пластичные, лишь временами соответствуют характеру музыки и образу (трудность в постоянном выполнении гибких, пластичных движений).

Низкий – в движениях отсутствует гибкость, пластичность, соответствия характеру музыки и игровому образу.

- Память – способность запоминать музыку и движения.

Высокий – запоминает танцевальные движения, комплекс упражнений с 3-5 исполнений по показу педагога.

Средний - запоминает танцевальные движения, комплекс упражнений с 6-8 исполнений по показу педагога.

Низкий – неспособен запомнить последовательность движений.

- Внимание – способность не отвлекаться от музыки в процессе движения.

Высокий – правильно выполняет танцевальную композицию от начала до конца самостоятельно.

Средний – выполняет танцевальную композицию с некоторыми подсказками.

Низкий – затрудняется в выполнении танцевальной композиции из-за рассеянности внимания.

- Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, нежность и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Оценивается по внешним проявлениям.

Высокий – умеет ярко передавать мимикой, пантомимой, жестами радость, удивление, восторг, грусть исходя из музыки и содержания композиции, подпевает, приговаривает во время движения, помогая этим себе.

Средний – передаёт настроение музыки и содержание композиции характером движений без ярких проявлений мимики и пантомимики.

Низкий – затрудняется в передаче характера музыки и содержания композиции движением, мимика бедная, движения невыразительные.

- Творческие проявления (для детей 5-7 лет) – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные.

Высокий – проявляет свои фантазии, придумывает свои варианты движения для передачи характера музыки, игрового образа, используя при этом выразительный жест и оригинальные движения; умеет исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях и под другую музыку.

Средний – затрудняется в придумывании своих движений для передачи характера музыки, игрового образа, но прослеживается стремление к этому; исполняет знакомые движения под новую музыку.

Низкий – отказывается придумывать свои движения для передачи характера музыки, игрового образа, копирует движения других детей и взрослого, не может исполнять знакомые движения под новую музыку самостоятельно.

## 2.Содержательный раздел дополнительной общеразвивающей программы

### 2.1 Учебно-тематическое планирование.

#### 2.1.1. Младшая группа

№	Тема	Количество занятий
I	«Танец и ритм» вводное занятие	2
II	Хореография и элементы музыкальной грамоты	93
	Музыкальная грамота	8
	Развитие мышечного чувства	20
	Игра и творчество	20
	Танцевальные движения	15
	Танцевальные шаги	15
	Рисунок танца	15
III	Итоговое занятие	1
	Итого	96

#### 2.1.2. Средняя группа

№	Тема	Количество занятий
I	«Танец и ритм» вводное занятие	2
II	Ритмика и элементы музыкальной грамоты	93
	Музыкальная грамота	8
	Развитие мышечного чувства	20
	Игра и творчество	20
	Танцевальные движения	15
	Танцевальные шаги	15
	Рисунок танца	15
III	Итоговое занятие	1
	Итого	96

#### 2.1.3. Старшая группа

№	Тема	Количество занятий
I	«Танец и ритм» вводное занятие	2
II	Ритмика и элементы музыкальной грамоты	93
	Музыкальная грамота	8
	Развитие мышечного чувства	20
	Игра и творчество	20
	Танцевальные движения	15
	Танцевальные шаги	15

	Рисунок танца	15
III	Итоговое занятие	1
	Итого	96

#### 2.1.4. Подготовительная к школе группа

№	Тема	Количество занятий
I	«Танец и ритм» вводное занятие	2
II	Ритмика и элементы музыкальной грамоты	93
	Музыкальная грамота	8
	Развитие мышечного чувства	20
	Игра и творчество	20
	Танцевальные движения	15
	Танцевальные шаги	15
	Рисунок танца	15
III	Итоговое занятие	1
	Итого	96

## 2.2. Содержание образовательной работы

### 2.2.1. Содержание образовательной работы по освоению дополнительной общеразвивающей программы детьми 3-4 года

Направление	Задачи
Постановка корпуса	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Активизировать внимание детей.</li> <li>2. Обеспечить постепенную подготовку организма к предстоящей физической нагрузке.</li> <li>3. Создать условия для осваивания основных танцевальных движений.</li> <li>4. Ознакомить детей с порядком проведения хореографического занятия.</li> </ol>
Изучение танца	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Заучить 3-5 упражнений под музыку в определенном порядке.</li> <li>2. Развить координацию движений.</li> <li>3. Развить чувство ритма в смене движений и в смене композиций, в синхронном исполнении с музыкой.</li> </ol>
Изучение танцевальных рисунков	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Умение быстро ориентироваться и двигаться в определенном хореографическом рисунке.</li> <li>2. Создать условия для ориентировки в пространстве.</li> </ol>
Импровизация	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Способствовать развитию творческого воображения.</li> <li>2. Воспитывать в детях желание двигаться под музыку, импровизировать.</li> <li>3. Научить детей выражать движением и мимикой настроение и чувства, как свои, так и персонажа.</li> <li>4. Поощрять первые попытки детей использовать выразительность в изображении персонажа: подражание позе, жесту, движению, мимике и манере исполнения.</li> </ol>
Умение слушать музыку	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Научить детей слушать музыкальное произведение.</li> <li>2. Понимать характер музыки, музыкальный образ.</li> <li>3. Развивать фантазию, воображение, творческие способности в продуктивной деятельности.</li> <li>4. Исполнять движения под счет.</li> </ol>
Дыхание	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Научить детей правильно дышать.</li> <li>2. Обеспечить постепенный переход от повышенной мышечной деятельности к спокойному состоянию.</li> </ol>

Постановка корпуса	Изучение танца	Танцевальные рисунки	Импровизация	Партер	Дыхание
--------------------	----------------	----------------------	--------------	--------	---------

<b>Сентябрь</b>					
РАЗМИНКА: Упражнения для головы, повороты, наклоны, плечи.	Упражнения для кистей рук (фонарики). Приседания «Пружинка».	«Круг»	«Полет птичек», «Поход в лес»: мелкий шаг, длинный, широкий.	Упражнения для ног.	«Надуваем шарик» - лопнул
<b>Октябрь</b>					
РАЗМИНКА: Упражнения для рук и плеч. Повороты.	Упражнения для кистей рук (фонарики). Приседания «Пружинка».	«Круг»	«Полет птичек», «Поход в лес»: мелкий шаг, длинный, широкий.	Упражнения для стоп.	Сами как шарик надувается и сдувается.
<b>Ноябрь</b>					
РАЗМИНКА: Шаги на месте, прыжки на двух ногах.	Цветочек распускается и закрывается.	«Круг», «Линия»	«Морская рыбка».	Упражнения для ног и стоп.	Надуваем шарик.
<b>Декабрь</b>					
РАЗМИНКА: Приседания, повороты.	Танец со снежками, Танец с блестками	«Круг», «Линия».	Имитация повадок зверей.	Упражнения для ягодиц.	Вдох – нос, Выдох – рот.
<b>Январь</b>					
РАЗМИНКА: Закрепление упражнений для головы и плеч.	«Морская чайка»	«Круг», «Линия».	Морская тема.	Упражнения для рук, кистей, пальцев рук.	«Ветер-ветер»
<b>Февраль</b>					
РАЗМИНКА: Закрепление упражнений для кистей рук.	«Часики»	«Круг», «Линия».	«Скачут лошадки» Т. Потапенко	Упражнения на растяжку.	«Ветер-ветер»
<b>Март</b>					
Комплекс упражнений для ног. Изучение бокового бега.	«Танец с подарком для мамы».	«Круг», «Линия», «Полукруг».	«Рост цветов»	Упражнения для шеи	Надувание шарика
<b>Апрель</b>					
Постановка раб. ноги на носок и на пятку.	«Молоточки»	«Круг», «Линия», «Полукруг».	«Рост деревьев»	Упражнения для головы и шеи.	«Ветер-ветер»
<b>Май</b>					
Закрепление пройденного материала	«Рыбка» «Цветочек»	«Круг», «Линия», «Полукруг».	Морская тема	Упражнения на пресс	«Ветер-ветер»

<b>Июнь</b>					
Закрепление пройденного материала	Танец утят Кузнечик	Круг Линия Полукруг	На лесной опушке	Упражнения на гибкость	Ладшки
<b>Июль</b>					
Разминка поднимание и опускание рук	На крутом берегу Рыбка	Построение врассыпную	Море волнуется	Морские фигуры	Парус Волны шипят
<b>Август</b>					
Разминка притопы прихлопы	Галоп шестерками Танец сидя	Шеренга Колонна	Создай образ	Упражнения для укрепления осанки	Ладшки Парус Волны шипят

### 2.2.2. Содержание образовательной работы по освоению дополнительной общеразвивающей программы детьми 4-5 лет.

Направление	Задачи
Постановка корпуса	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Эмоционально и психологически настроить ребенка на занятие.</li> <li>2. Активизировать внимание.</li> <li>3. Обеспечить постепенную подготовку организма к предстоящей физической нагрузке.</li> <li>4. Использование упражнений, содействующих формированию правильной осанки.</li> </ol>
Изучение танца	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Умение запомнить и выучить последовательность хореографических рисунков и их количество.</li> <li>2. Исполнить движение точно под музыку.</li> <li>3. Научить ребенка работать в паре с партнером или с группой детей, исполняющих номер.</li> </ol>
Изучение танцевальных рисунков	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Быстрое запоминание танца.</li> <li>2. Знание своего места в танце.</li> <li>3. Умение быстро ориентироваться и двигаться в определенном рисунке.</li> <li>4. Образно увидеть последовательность рисунков в хореографической постановке.</li> </ol>
Импровизация	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ввести детей в мир художественных образов, используя хореографические движения.</li> <li>2. Способствовать развитию творческого воображения.</li> <li>3. Выразить движением и мимикой настроение и чувства, как свои, так и персонажа.</li> <li>4. Развить артистические качества.</li> <li>5. Поощрять первые попытки детей использовать выразительность в изображении персонажа: подражание позе, жесту, движению, мимике.</li> </ol>
Умение слушать музыку	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить детей слушать музыкальные произведения.</li> <li>2. Понимать характер музыки, музыкальный образ.</li> <li>3. Исполнять движения под счет.</li> <li>4. Исполнение движений не быстрее и не медленнее, а точно в музыку.</li> <li>5. Воспитывать эмоциональную отзывчивость на музыку и интерес к музыкальному произведению.</li> </ol>
Дыхание	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечить детям постепенный переход от повышенной мышечной деятельности к спокойному состоянию.</li> <li>2. Приведение пульса к норме.</li> <li>3. Сохранение у детей бодрого настроения.</li> </ol>

Постановка корпуса	Изучение танца	Танцевальные рисунки	Импровизация	Партер	Дыхание
<b>Сентябрь</b>					
РАЗМИНКА: Упражнения для головы, рук и плеч.	«Листья»	«Круг» «Линия»	Тема: «Осень»	Упражнения для ног и стоп.	«Паровоз»
<b>Октябрь</b>					
Повороты и наклоны. Ногу на носок, на пятку и притопы.	«Листья»	«Круг» «Линия»	«Лягушка» Упражнения на выворотность	Упражнения для рук, кистей.	«Паровоз» - все вариации
<b>Ноябрь</b>					
РАЗМИНКА: Ногу на носок, на пятку, притоп, прихлоп и добавляем поворот.	«Танец опавших листьев»	«Круг», «Линия» «Полукруг»	Лодочка Мостик Черепашка	Упражнения на косые мышцы.	«Паровоз» - все вариации
<b>Декабрь</b>					
Партер: упражнения для натяжения и расслабления мышц	«Валенки» «Елочка и гномы»	«Круг» «Линия» «Полукруг»	Орешек Самолет	Упражнения для головы, шеи.	Шарик Паровоз
<b>Январь</b>					
Изучение наклона вперед и назад с правильным корпусом. Движение по кругу и в круг	«Бабочки и жучки»	«Круг» «Линия» «Полукруг» «Колонна»	«Поход на каток»	Упражнения на пресс.	Приведение пульса к норме
<b>Февраль</b>					
Игра «найди себе пару». Изучение бокового шага (вправо, влево). Шаг с притопом.	«Стирка» «Мамины помощницы»	«Круг» «Линия» «Полукруг» «Колонна»	Игра в снежки	Упражнения для ног, стоп, косых мышц.	Общий набор дыхательных упражнений
<b>Март</b>					
Ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко – умеренно –)	«Поварята» «Семеро козлят»	«Круг» «Линия» «Полукруг» «Колонна» «Диагональ»	«Грачи прилетели»	Упражнения на пресс.	Тройной вдох – один выдох и наоборот один глубокий вдох и три выдоха.

ТИХО, ВЫСОКО – низко).					
<b>Апрель</b>					
Закреплять навык двигаться в соответствии с характером музыки, самостоятельн о начинать и заканчивать движения с началом и окончанием движения.	Хоровод «Весна»	«Круг» «Линия» «Змейка» «Полукруг» «Колонна» «Диагональ»	«Ворон- ворон»	Упражнения на растяжку.	Нотный стан
<b>Май</b>					
Закреплять навыки выразительног о движения. Ходить и бегать ритмично (ходить спокойным, бодрым шагом и с высоким подъемом ног). Скакать с ноги на ногу. Легко выполнять прямой галоп.	Хоровод «На лугу» «Ромашки»	«Круг» «Линия» «Змейка» «Полукруг» «Колонна» «Диагональ»	«Утреннее пробуждение»	Упражнения для выворотност и стоп.	Общий набор дыхательны х упражнений
<b>Июнь</b>					
Закреплять боковые шаги шаг с притопом	Вару-вару Полька	Круг Полукруг Змейка	Воробьиная дискотека	Упражнения для укрепления осанки	Самомассаж
<b>Июль</b>					
Упражнения для головы рук плеч	Большая прогулка Песенка о лете	Шеренга Диагональ Колонна	Художественна я галерея	Упражнения для развития мышечной силы	Упражнения на расслаблени е мышц
<b>Август</b>					
Упражнения для ног рук	Бабочки и жуки Полька	Круг Полукруг Змейка Диагональ Врассыпную	Магазин игрушек	Перекаты вперед-назад влево-вправо	Контрастны е движения руками на напряжение и расслаблени е

### 2.2.3. Содержание образовательной работы по освоению дополнительной общеразвивающей программы детьми 5-6 лет.

Направление	Задачи
Постановка корпуса	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечить постепенную подготовку организма к предстоящей физической нагрузке.</li> <li>2. Создать условия для освоения образных движений (живая и неживая природа, сказочные персонажи, животные, знакомые образы окружающей природы).</li> <li>3. Помочь в освоении основных танцевальных движений (поочередное выбрасывание ног в прыжке, в подскоке, приставной шаг с приседанием, дробушки на месте, с продвижением вперед и в кружении, полуприседание с выставлением ноги на пятку, кружение подскоком на месте и по направлению, подскок через прыжок, «Веревочка», «Ковырялочка», в разных вариантах «Гармошка», «Елочка», с параллельными ногами).</li> <li>4. Научить детей ориентироваться в пространстве.</li> <li>5. Закрепить навыки, освоенные в среднем возрасте.</li> <li>6. Создать условия для освоения пантомимических жестов «Зов», «Прощание», «Давай дружить», «Обида», «Иди сюда», «Уходи», «Нельзя», «Веселье», «Пробуждение от сна».</li> <li>7. Воспитывать хореографическую культуру, культуру межличностного общения.</li> </ol>
Изучение танца	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать пластику и выразительность движений.</li> <li>2. Научить детей ориентироваться в пространстве (выстраиваться в колонну по двое, по трое, переходить из колонны в круг, из двух колонн в два круга, направление «расческа»).</li> <li>3. Развивать навыки пружинящего движения.</li> <li>4. Закреплять навыки двигаться в соответствии с характером музыки, самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки.</li> <li>5. Упражнять в спокойном шаге, шаг с высоким подъемом ног, легком подскоке, более широком беге.</li> </ol>
Изучение танцевальных рисунков	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Образно увидеть последовательность рисунков в хореографической постановке.</li> <li>2. Самостоятельно строить круг, ходить по кругу, взявшись за руки, сужать и расширять круг; соблюдать расстояние между парами (тройками), двигаться по кругу.</li> <li>3. Добиваться непринужденных движений рук, улучшать качество исполнения знакомых танцев, движений.</li> <li>4. Умение быстро и легко ориентироваться в определенном рисунке.</li> </ol>
Импровизация	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Воспитывать желание двигаться под музыку, импровизировать, сочинять композицию из двух-трех знакомых движений, придумывать свои оригинальные движения в импровизациях.</li> <li>2. Способствовать развитию творческого воображения.</li> <li>3. Развивать жестикуляцию рук и мышц лица, передавая характер и настроение хореографического образа.</li> <li>4. Воспитывать отношение к содержанию хореографической композиции: любовь к природе, родному краю, друзьям, родителям.</li> <li>5. Создать условия для освоения образных движений.</li> </ol>
Умение слушать музыку	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сформировать умение различать музыкальные жанры (марш, вальс, полька, хоровод, пляска).</li> <li>2. Воспитывать желание слушать и двигаться под музыку в самостоятельной деятельности.</li> <li>3. Самостоятельно ориентироваться в характере музыки; точно начинать</li> </ol>

	<p>движения после вступления.</p> <p>4. Различать части и фразы произведения, динамические оттенки и передавать их в движении.</p> <p>5. Передавать хлопками простой ритмический рисунок.</p> <p>6. Закреплять умение отличать в движении (в хлопках) метр, метрическую пульсацию, самостоятельно менять движение со сменой частей, музыкальных фраз.</p> <p>7. Закреплять умение чувствовать в музыке переход от умеренного к быстрому или медленному темпу.</p> <p>8. Прививать чувство ритма, ритмический слух, ритмическую координацию.</p>
Дыхание	<p>1. Научить детей правильно дышать (вдох – ртом, выдох - носом).</p> <p>2. Обеспечить постепенный переход от повышенной мышечной деятельности к спокойному состоянию.</p> <p>3. Приведение пульса к норме.</p> <p>4. Сохранение у детей бодрого настроения.</p> <p>5. Выполнения ряда упражнений на дыхание, предотвращающих быстрое утомление.</p> <p>6. Помочь детям с помощью дыхательной гимнастики тренировать нервную систему, способствовать уравниванию процессов возбуждения и торможения.</p>

Постановка корпуса	Изучение танца	Танцевальные рисунки	Импровизация	Партер	Дыхание
<b>Сентябрь</b>					
Постановка корпуса, положение рук на талии, поклон.	Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ»	«Листопад»	Упражнения для рук и кистей.	Ветер-ветер
Наклоны вправо, влево, вперед с правильной постановкой корпуса.	«Осенний вальс»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ»	«Тучка»	Упражнения для ног, стоп	Ветер-ветер
<b>ОКТАБРЬ</b>					
Бег с высоким подъемом ноги (по кругу). Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок	Танец «Поварята»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ»	«Поход в осенний лес»	Упражнения для головы и шеи.	Вводим упражнения на дыхание с прогибом корпуса
Упражнения для пластики рук (правой, левой и двумя). Подъем на высокие полу пальцы	Танец «Тучка»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ»	Считалочка «Котик»	Упражнения для пресса	Упражнения на дыхание с прогибом корпуса

<b>НОЯБРЬ</b>					
Приседания с выносом ноги на носок, на пятку, с притопом. Изучение «Хлопушек» (различные варианты)	Танец «Потолок - ледяной»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	Повадки птиц	Упражнения на пресс, на выворотность стопы	Общий набор упражнений на дыхание.
Постановка корпуса, упражнения для головы, плеч, рук. Упражнения на устойчивость	Танец «Валенки»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	«Поход на каток»	«Лягушка» «Лодочка» «Самолет»	Общий набор упражнений на дыхание.
<b>ДЕКАБРЬ</b>					
Придумываем движения в соответствии с характером музыкального произведения. Учимся высокому бегу. Двигаемся в парах по кругу, сохраняя расстояние между партнерами	Танец «Пираты»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	«Поход на лыжах»	Упражнения на растяжку, на косые мышцы.	Глубокий вдох – медленный выдох
Приставной шаг (по кругу, в круг, из круга), с притопом, с хлопком, с поворотом	Танец «Льдинки»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	Считалочка «Шарик и Жучка»	Упражнения «Самолет», «Лодочка», «Колечко», «Черепашка»	Глубокий вдох – медленный выдох
<b>ЯНВАРЬ</b>					
Изучение позиций рук (подготов-я, I, II, III). Упражнения для головы, плеч, рук, кистей.	Танец «Лебеди»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	«Зимушка - зима»	Упражнения для ног и стоп, для ягодиц.	Общий набор упражнений на дыхание
Изучение позиций ног (I, II, III, IV, V, VI). Знакомство с общим характером русской пляски.	Танец «Метелица»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	Считалочка «Ворон-ворон»	Упражнения для пресса (нижний, верхний, брюшной)	Общий набор упражнений на дыхание

<b>ФЕВРАЛЬ</b>					
Самостоятельный показ классической фигуры (включая в неё изученные позиции рук и ног)	«Русский хоровод» Танец «Часики»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	«Веселая ярмарка»	Упражнения для рук, кистей.	Общий набор упражнений на дыхание
Изучение пяти-шести танцевальных движений и объединение их в одну хореографическую композицию.	Танец «Березка», Танец «Разбойников»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	«Игра в снежки»	Упражнения лежа на животе «Лодочка» «Самолет» «Колечко» «Черепашка»	Общий набор упражнений на дыхание
<b>МАРТ</b>					
Закрепление знакомых плясовых движений. Изучение 5-6 движений и объединение их в одну хореографическую композицию	Танец «У озера», Танец «Кукол»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин»	«Лепим снеговика»	Упражнения для головы и шеи.	Общий набор упражнений на дыхание
Упражнения для корпуса, головы, плеч, рук. Повороты и наклоны. Вынос ноги на носок, на пятку с притопом.	«Танец с платками»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин»	Считалочка «Котик»	Вводим 2-3 упражнения на пресс (верхний, нижний, брюшной)	Общий набор упражнений на дыхание
<b>АПРЕЛЬ</b>					
Разминка. Упражнения для головы, плеч, рук, кистей. Наклоны корпуса (вперед, назад, вправо, влево). Элементы Русского народного танца	Танец «Сороконожки»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	Считалочка «Шарик и Жучка»	Упражнения на гибкость (жарко-холодно). Упражнения лежа на животе.	Вдох и выдох с наклоном корпуса
Закрепляем позиции рук и ног. Исполняем «пружинку» по I, II, III, IV, V, VI позиции.	Танец «Вальс цветов», Танец «Гусеничка»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка»,	Считалочка «Ворон-ворон»	Упражнения для ног и стоп	Вдох и выдох с наклоном корпуса

Самостоятельно показываем классическую фигуру (включая в нее изученные позиции рук и ног)		«Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»			
<b>МАЙ</b>					
Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок, с хлопком, с двойным хлопком. «Хлопушки» (с притопом, с подъемом колена, с приседанием)	Танец «Улетай туча», Танец «Цыганский»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	Поход на пляж	Упражнения на пресс.	Общий набор упражнений на дыхание
<b>ИЮНЬ</b>					
Постановка корпуса, положение рук на талии. Повороты и наклоны. Вынос ноги на носок, на пятку с притопом.	Танец «Цветов»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	Считалочка «Котик»	Упражнения на выворотность	«Ветер-ветер»
Приседания с выносом ноги на носок, на пятку, с притопом. Повторение «Хлопушек» (различные варианты)	Танец «Грибочки»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	Считалочка «Ворон-Ворон»	Упражнения на растяжку	«Ветер-ветер»
<b>ИЮЛЬ</b>					
Закрепление бокового шага (на месте, по кругу). Комплекс упражнений для ног, закрепление бокового бега.	Танец «Мотыльки и бабочки»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	Считалочка «Шарик и Жучка»	Упражнения для ног и стоп	Глубокий вдох – медленный выдох
Повторение наклона	«Хоровод с	«Круг»,	Считалочка	Упражнения	Глубокий

вперед и назад, вправо, влево с правильной постановкой корпуса. Бег (легкий, с подскоком, с высоким подъемом ноги, боковой, спиной вперед)	берёзовыми веточками»	«Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	чка «Мы шагаем целый день»	на пресс (верхний, нижний, брюшной)	вдох – медленный выдох
<b>АВГУСТ</b>					
Упражнения для пластики рук (правой, левой и двумя). Подъем на высокие полу пальцы. Игра «найди себе пару». Кружимся в парах (с подскоком, с притопом)	Танец «Калинка-малинка»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	«Поход на пляж»	Упражнения для ягодич	Упражнения на дыхания с наклоном корпуса
Повторение позиций рук (подготов-я, I,II,III). Упражнения для головы и плеч.	Танец «Сударушка»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	«По грибы-по ягоды»	Упражнения для ягодич	Упражнения на дыхания с наклоном корпуса

#### 2.2.4. Содержание образовательной работы по освоению дополнительной общеразвивающей программы детьми 6- 7 лет.

Направление	Задачи
Постановка корпуса	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечить постепенную подготовку организма к предстоящей физической нагрузке.</li> <li>2. Эмоционально и психологически настроить ребенка на занятие.</li> <li>3. Активизировать внимание.</li> <li>4. Использовать упражнения, содействующие формированию правильной осанки.</li> <li>5. Научить детей ориентироваться в пространстве.</li> <li>6. Закрепить навыки, освоенные в среднем возрасте.</li> <li>7. Воспитывать хореографическую культуру, культуру межличностного общения.</li> <li>8. Развивать пластику и выразительность движений.</li> <li>9. Создать условия для освоения образных движений (живая и неживая природа, сказочные персонажи, животные, знакомые образы окружающей природы).</li> </ol>
Изучение танца	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Помочь в освоении основных танцевальных движений (поочередное выбрасывание ног в прыжке в подскоке, приставной шаг с приседанием, дробушки на месте с продвижением вперед и в кружении,</li> </ol>

	<p>полуприседания с выставлением ноги на пятку, «веревочка», «ковырялочка» в разных вариантах,</p> <p>2. Развивать навыки пружинящего движения.</p> <p>3. Упражнять в спокойном шаге, шаг с высоким подъемом ног, легком подскоке, более широком беге.</p> <p>4. Развить умение запомнить и выучить последовательность хореографических рисунков и их количество.</p> <p>5. Научить ребенка работать в паре с партнером или с группой детей, исполняющих номер.</p> <p>6. Творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, хороводах, хореографических композициях.</p>
Изучение танцевальных рисунков	<p>1. Быстрое запоминание танца.</p> <p>2. Знание своего места в танце.</p> <p>3. Умение быстро ориентироваться и двигаться в определенном рисунке.</p> <p>4. Образно увидеть последовательность рисунков в хореографической постановке.</p> <p>5. Самостоятельно строить круг, ходить по кругу, взявшись за руки; сужать и расширять круг; соблюдать расстояние между парами (тройками) двигаясь по кругу.</p> <p>6. Добиваться непринужденных движений рук, улучшать качество исполнения знакомых танцевальных движений.</p> <p>7. Научить детей придумывать ритмические движения к звучащей мелодии.</p> <p>8. Изучить к концу года 15-16 хореографических рисунков.</p>
Импровизация	<p>1. Ввести детей в мир художественных образов, используя хореографические движения.</p> <p>2. Способствовать развитию творческого воображения.</p> <p>3. Выразить движением и мимикой настроение и чувства, как свои, так и персонажа.</p> <p>4. Развить артистические качества.</p> <p>5. Поощрять первые попытки детей использовать выразительность в изображении персонажа; подражание позе, жесту, движению, мимике.</p> <p>6. Воспитать желание двигаться под музыку, импровизировать, сочинять композицию из двух-трех знакомых движений, придумывать свои оригинальные движения в импровизациях.</p> <p>7. Развивать жестикуляцию рук и мышц лица, передавая характер и настроение хореографического образа.</p> <p>8. Воспитывать отношение к содержанию хореографической композиции: любовь к природе, родному краю, друзьям, родителям.</p>
Дыхание	<p>1. Обеспечить детям постепенный переход от повышенной мышечной деятельности к спокойному состоянию.</p> <p>2. Выполнение ряда упражнений на дыхание, предотвращающих быстрое утомление.</p> <p>3. Сформировать умение правильно дышать при исполнении хореографической композиции.</p> <p>4. Сохранение у детей бодрого настроения.</p> <p>5. Сформировать умение дышать без напряжения, легко и свободно.</p> <p>6. Помочь детям с помощью дыхательной гимнастики тренировать нервную систему, способствовать уравниванию процессов возбуждения и торможения.</p>

<b>Постановка корпуса</b>	<b>Изучение танца</b>	<b>Танцевальные рисунки</b>	<b>Импровизация</b>	<b>Партнер</b>	<b>Дыхание</b>
<b>СЕНТЯБРЬ</b>					

Постановка корпуса, положение рук на талии. Изучение поклона	Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ»	«Осенний сад»	Упражнения для головы и шеи.	«Ветер-ветер»
<u>Разминка:</u> упражнения для головы, шеи, плеч, рук, кистей. Соединение в одну композицию упражнений для головы, рук, плеч.	Танец «Листопад»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ», «Звездочка»	«Птичий двор»	Упражнения для головы и шеи.	«Ветер-ветер»
<b>ОКТАБРЬ</b>					
Разминка. Изучение легкого бега, подскока, бега с высоким подъемом ноги, приставной шаг с приседанием, полуприседанием с выставлением ноги на пятку. Закрепляем умение ритмично и выразительно двигаться прямым галопом	Танец «Береза»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ», «Звездочка», «Клин»	Считалочка «Котик»	Упражнения на косые мышцы. Упражнения на пресс (нижний, верхний, брюшной)	Набор дыхательных упражнений под музыку
Наклоны вправо, влево, вперед с правильной постановкой корпуса. Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок	Танец «Варенька»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ», «Звездочка», «Клин»	«Листопад»	Упражнения на косые мышцы. Упражнения на пресс (нижний, верхний, брюшной)	Набор дыхательных упражнений под музыку
<b>НОЯБРЬ</b>					
Приседания с выносом ноги на носок, на пятку, с притопом. Повторение «Хлопушек» (различные варианты). Упражнения на устойчивость	Танец «Льдинка»,	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ», «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	Считалочка «Ворон-ворон»	Упражнения лежа на спине для головы, рук, ног и стоп. Упражнения для мышц спины (жарко-холодно).	Глубокий вдох – медленный выдох
Учимся высокому бегу. Двигаемся в парах по кругу, сохраняя	Танец «Ковбой», Танец «Часики»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка»,	«Поход на каток»	Упражнения лежа на спине для головы, рук,	Глубокий вдох – медленный выдох

расстояние между парами. Приставной шаг (по кругу, в круг, из круга), с притопом, с хлопком, с поворотом		«Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»		ног и стоп. Упражнения для мышц спины (жарко-холодно).	
<b>ДЕКАБРЬ</b>					
Повторение шагов (боковых, дробных, приставных, гусиных носок к пятке и сложный шаг – колени вместе). Прыжки на 1 ноге на 2 ногах поочередно, ножницы, прыжки с приседанием, с поворотом, с приставным шагом.	Танец «Бабки-Ежки», Флеш-моб «Цветик-семицветик»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица»	Поход на лыжах	Упражнения на растяжку, на гибкость («лодочка», «самолет», «улитка», «черепашка», «мостик»)	Глубокий вдох – медленный выдох
Учимся кружиться на подскоке в парах, повторяем мягкий пружинистый шаг, самостоятельно импровизируем, ищем выразительные движения, не подражая друг другу, придумываем движения в соответствии с характером музыкального произведения.	Танец «Лебеди»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица»	«Поход на каток»	Упражнения на растяжку, на гибкость («лодочка», «самолет», «улитка», «черепашка», «мостик»)	Глубокий вдох – медленный выдох
<b>ЯНВАРЬ</b>					
Закрепление позиций рук (подготов-я, I,II,III). Упражнения для головы, плеч, рук, кистей. Закрепление позиций ног (I,II,III,IV,V,VI).	Этюд с обручами, Флеш-моб «Летчик»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица»	Игра в снежки	Упражнения для ног и стоп. Упражнения на растяжку.	Упражнения на дыхание с наклоном корпуса
Самостоятельный показ классической фигуры (включая в неё изученные позиции рук и ног). Изучение пяти-	Танец «Карнавал», Танец «Казачий»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка»,	«Лепка снежной бабы»	Упражнения для ног и стоп. Упражнения на растяжку.	Упражнения на дыхание с наклоном корпуса

шести танцевальных движений и объединение их в одну хореографическую композицию.		«Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица»			
<b>ФЕВРАЛЬ</b>					
Повторение позиций рук и ног. Изучение пяти-шести танцевальных движений и объединение их в одну хореографическую композицию.	Танец «Снеговичек», Танец «Китайская сказка»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	Считалочка «Ворон-ворон»	Упражнения для корпуса, нагрузка на косые мышцы.	Упражнения на дыхание с наклоном корпуса
Упражнения для корпуса, головы, плеч, рук. Повороты и наклоны. Вынос ноги на носок, на пятку с притопом.	Танец «Русский хоровод», Танец «Яблочко»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до»	Считалочка «Ворон-ворон»	Упражнения для корпуса, нагрузка на косые мышцы.	Упражнения на дыхание с наклоном корпуса
<b>МАРТ</b>					
Знакомимся с общим характером русской пляски, с отдельными движениями русского народного танца. Повторяем приставной шаг, самостоятельно начинаем движения после музыкального вступления, пробуем самостоятельно менять движения со сменой частей музыкальных фраз	Танец «Хоровод с веночками», Танец «Пилоты»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до» «Ручеёк»	«Поход на каток»	Упражнения на гибкость («лодочка», «самолет», «улитка», «черепаха», «мостик», «колечко»)	«Ветер-ветер»
Разминка для головы, плеч, рук, кистей. Наклоны корпуса (вперед, назад, вправо, влево). Легкий бег, с высоким подъемом	Танец «С лентами», Танец «Латино-американский»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ»	«Метелица»	Упражнения на гибкость («лодочка», «самолет», «улитка», «черепаха», «мостик»,	«Ветер-ветер»

ноги, с подскоком.		«Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до» «Ручеёк»		«колечко»)	
<b>АПРЕЛЬ</b>					
Разминка. Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок, с хлопком, с двойным хлопком. «Хлопушки» (с притопом, с подъемом колена, с приседанием)	Танец «Варенька»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до» «Ручеёк»	Считало чка «Котик»		Упражнени е на дыхание с наклоном корпуса
Разминка. Упражнения на координацию движений, на устойчивость, на гибкость. Шаг по кругу (широкий, длинный, мелкий, сложный, на носочках, на пятках, с высоким подъемом ноги, с притопом)	Танец «Вальс»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до» «Ручеёк»	Считало чка «Шарик и Жучка»		Упражнени е на дыхание с наклоном корпуса
<b>МАЙ</b>					
Разминка. Свободно ориентируемся в пространстве. Закрепляем знакомые танцевальные движения (приставной шаг с приседанием и без, полуприседание с выставлением ноги на пятку, на носок, различные подскоки и прыжки.	Танец «Прощальны й вальс»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до» «Ручеёк» «Стенка на стенку» «Расческа»	Считало чка «Ворон- ворон»	Упражнения для корпуса, нагрузка на косые мышцы.	Упражнени е на дыхание с наклоном корпуса
Разминка. Упражнения на координацию движений, на	Флеш-моб «Невозможно е – возможно»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка»,	Считало чка «Мы шагаем целый	Упражнения на гибкость («лодочка», «самолет»,	Упражнени е на дыхание с наклоном

устойчивость, на гибкость. Наклоны корпуса (вперед, назад, вправо, влево).		«Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до» «Ручеёк» «Стенка на стенку» «Расческа»	день»	«улитка», «черепаха», «мостик», «колечко»)	корпуса
<b>ИЮНЬ</b>					
Повторение позиций рук (подготов-я, I, II, III). Упражнения для головы и плеч.	Танец «Прялица»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	Считало чка «Котик»	Упражнения для пресса (верхний, нижний, брюшной)	«Ветер-ветер»
Повторение позиций ног (I, II, III, IV, V, VI). Самостоятельный показ классической фигуры (включая в неё изученные позиции рук и ног)	Танец «Берёзка»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	Считало чка «Ворон-ворон»	Упражнения для ног и стоп	«Ветер-ветер»
<b>ИЮЛЬ</b>					
Упражнения для корпуса, головы, плеч, рук. Повороты и наклоны. Вынос ноги на носок, на пятку с притопом.	Флеш-моб «Здравствуй, лето»	«Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до» «Ручеёк» «Стенка на стенку» «Расческа»	Считало чка «Шарик и Жучка»	Упражнения для ягодиц	Упражнения для дыхания с наклоном корпуса.
Боковой шаг с приседанием, с притопом, с прихлопом (вправо, влево). Изучение пяти-шести движений и объединяем их в одну хореографическую композицию.	«Хоровод с веночками»	«Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до» «Ручеёк» «Стенка на стенку» «Расческа»	Считало чка «Мы шагаем целый день»	Упражнения на растяжку	Упражнения для дыхания с наклоном корпуса.
<b>АВГУСТ</b>					
Бег с высоким подъемом ноги (по кругу). Приставной шаг с приседанием,	Танец «Калинка-малинка»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка»,	«Поход на пляж»	Упражнения для головы и шеи.	Упражнения на дыхание с прогибом

полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок		«Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу», «Улица» «До за до» «Ручеёк» «Стенка на стенку» «Расческа»			корпуса
Упражнения для пластики рук (правой, левой и двумя). Подъем на высокие полу пальцы.	Танец «Русская плясовая»	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»	«По грибы – по ягоды»	Упражнения на пресс, на выворотность стопы	Общий набор упражнений на дыхание.

### 2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации дополнительной общеразвивающей программы.

Форма обучения: очная. Форма работа с учащимися: подгрупповая, индивидуальная. Основная организационная форма обучения - занятие.

Занятия по программе включают в себя теоретическую и практическую часть.

- Теоретическая часть занятий включает в себя информацию о технике безопасности во время занятий хореографией, основах здорового образа жизни, о различных видах танца, игр, истории танцев народов мира.
- Практическая часть занятий предполагает обучение двигательным действиям аэробики, танца, подвижных игр.

Каждое занятие имеет следующую структуру:

1. Подготовительная часть- построение детей, настрой на занятие, поклон, постановка корпуса, разминка.
2. Основная часть – импровизация, изучение танца, партер, изучение хореографических рисунков.
3. Заключительная часть –упражнения на дыхание, на расслабление мышц, поклон.

Занятия проводятся в зале. Необходимыми условиями проведения должны быть достаточная возможность частого проветривания помещения. В наличии должны быть музыкальный центр, зеркала, мягкое напольное покрытие.

В процессе обучения детей используются следующие основные методы:

- ✓ Метод показа. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте. Ребята сразу видят художественное воплощение образа, что будит воображение. В некоторых случаях, особенно в начале работы, руководитель может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.
- ✓ Словесный метод. Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи тесно связанной, с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой. Словесные объяснения должны быть краткими (недопустимо, чтобы педагог был излишне многословен), точны, образны и конкретны. Детей с первых же занятий нужно познакомить со специальными терминами. В словесном методе очень важна и интонация, и то, с какой силой сказано слово. Словом можно

стимулировать активность ваших учеников, но можно и убить их веру в себя. Для шести - семилетних ребят можно дать иногда только словесное задание, и они его воспримут, но слишком часто прибегать к такому методу нецелесообразно.

- ✓ Музыкальное сопровождение как методический прием. Рассчитывать на то, что ребята сами научатся чувствовать музыку, вряд ли возможно. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.
- ✓ Импровизационный метод. На занятиях хореографией имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка. Но вначале педагог зачастую сталкивается с мышечной зажатостью малышей, стеснительностью. И только путем различных упражнений, этюдов, игр он может помочь детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность. При использовании импровизационного метода на занятии никакого предварительного прослушивания музыки не нужно. Ребята должны сами находить необходимые движения под непосредственным ее воздействием. Не рекомендуется подсказывать детям вид движения и отмечать (на первом этапе) более успевающих, ибо это приводит к слепому копированию. Не надо мешать, вашим подопечным свободно импровизировать, но при этом нужно внимательно следить за тем, чтобы они не придумывали движения, не связанные с музыкой. Педагогу следует тактично направить внимание ребенка на подлинный характер музыки, на поиск собственных красок и оттенков в исполнении.
- ✓ Метод иллюстративной наглядности. Занятие с дошкольниками вовсе не исчерпывается только задачами физической и музыкальной тренировки. Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами. Конечно, это не должно быть лишь пассивным созерцанием предложенного для просмотра материала. Необходимо выяснить, понятен ли он детям, понравился или нет и почему, а может быть, и помочь разобраться в увиденном.
- ✓ Игровой метод. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся. При обучении детей движениям хорошо использовать игровые приемы, способствующие эмоционально образному уточнению представлений о характере движений, например: («Нужно прыгать, как зайчик»; «Побежим легко и тихо, как мышки»). Игра всегда вызывает у ребят веселое настроение. И интерес у них не снижается, даже если по ходу игры преподаватель вносит те или иные изменения, усложняя или облегчая задание. Именно в игре легче всего корректировать поведение воспитанников. В одних случаях подбадривающее слово педагога вызовет положительные эмоции, в других — сдерживающее слово побуждает соотнести свое поведение с предъявляемыми требованиями.
- ✓ 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 упражнения и задания.

В процессе обучения в качестве основных используются методы:

  - Выразительный показ движений задает наглядный образец исполнения, формирует у детей представление о правильном способе выполнения движений.
  - Словесные пояснения, уточнения помогают детям осознавать значения, выразительные нюансы движений и в соответствии с этим корректировать свое исполнение.
  - Образный рассказ побуждает детей представить какую — либо ситуацию, чтобы воссоздать ее в движениях, и тем самым способствует развитию у них фантазии воображения.
  - Вслушивание в музыку и простейший анализ ее выразительных особенностей позволяет осмысливать содержание музыкального произведения. На этой основе развивать воображение, побуждать к поиску выразительных дополнительных танцевальных средств.

## 2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями учащихся

Одним из важных условий реализации программы дополнительного образования является сотрудничество педагогов с семьёй: дети, педагоги и родители – главные участники педагогического процесса.

**Цель:** сделать родителей активными участниками педагогического процесса, оказав им помощь в реализации ответственности за воспитание и обучение детей.

Для того чтобы эта задача выполнялась в семье, общеобразовательная программа предусматривает следующие формы работы с родителями с целью пропаганды педагогических знаний в области английского воспитания:

- индивидуальные консультации;
- открытые занятия;
- отчетные концерты;
- анкетирование.

## 2.5. Формы, порядок и периодичность проведения промежуточной аттестации учащихся

Промежуточная аттестация учащихся по освоению дополнительной общеразвивающей программы социально – педагогической направленности по раннему обучению хореографии для детей 3-7 лет проходит 1 раз в год в мае в форме творческого отчетного концерта.

## 3. Организационный раздел дополнительной общеразвивающей программы

### 3.1. Описание материально-технического обеспечения дополнительной общеразвивающей программы

- помещение для занятий хореографией (музыкальный зал);
- ковровое покрытие;
- мультимедийные средства (проектор, музыкальный центр, CD и DVD диски);
- спортивная форма, отвечающая требованиям занятий;
- атрибуты для танцев: ленточки, обручи, гимнастические палки и т.д.

### 3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

1. А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет.- С-Пб: «Аничков мост», 2015.
2. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. ФГОС».- С-Пб: «ДЕТСТВО –ПРЕСС».
3. Т. К Барышникова. Азбука хореографии. - М.: Айрис – пресс, 2000.
4. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. М.: Айрис, 2008.
5. Скрипниченко «Чудо-ритмика»/ программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет, Соликамск, 2010.
6. Бриске И. Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
7. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие– М.: Владос, 2003
8. Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
9. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000

### 3.3. Время и сроки реализации общеразвивающей программы

Продолжительность занятий составляет: для детей 3-4 лет-15 мин., для детей 4-5 лет-20 мин., для детей 5-6 лет – 20 мин., для детей 6-7 лет не более 25 мин. Занятия проводятся с группой детей (10-12) 2 раза в неделю, во вторую половину дня. Срок реализации дополнительной общеразвивающей программы с 01 сентября 2022 года по 31 августа 2023 года.

Группа	Период реализации Программы	Количество занятий			Длительность занятия
		в неделю	в месяц	в год	
Младшая	Сентябрь - август	2	8	96	Не более 15 минут
Средняя	Сентябрь - август	2	8	96	Не более 20 минут
Старшая	Сентябрь - август	2	8	96	Не более 20 минут

Подготовительная к школе	Сентябрь - август	2	8	96	Не более 25 минут
--------------------------	-------------------	---	---	----	-------------------