

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 49 «Лесная сказка» г. Йошкар-Олы»

Согласовано:
Начальник отдела сектора до-
школьного образования адми-
нистрации городского округа
«Город Йошкар-Ола»
к.п.н. Соловьева Ю.Н.

« » 2022 г.

Принято решением педагоги-
ческого совета МБДОУ «Дет-
ский сад» № 49 «Лесная сказ-
ка»
« 30 » августа 2022 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад» № 49
«Лесная сказка»
Долгорукова О.В.
« 30 » августа 2022 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Непоседы»

Направленность программы: художественная

Уровень программы: стартовый (ознакомительный)

Категория и возраст обучающихся: дети дошкольного возраста 5-7 лет

Срок освоения программы: 11.10.2022 г. – 31.05.2023 г.

Объем программы: 54 часа

ФИО, должность разработчика программы: Шалагина Татьяна Эдуардовна, хореограф

Йошкар – Ола
2022 г.

Оглавление

1. Целевой раздел Программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи реализации Программы	5
1.3. Принципы и подходы к формированию программы.....	5
1.4. Планируемые результаты освоения Программы.....	6
1.5. Возрастные особенности детей развития музыкально-ритмических движений.....	7
2. Содержательный раздел Программы	8
2.1. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы.....	8
2.2.Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (тематическое планирование).....	9
2.3. Учебный план	9
2.4. Календарный учебный график.....	19
2.5. Условия реализации программы	25
2.6. Система оценки.	26
2.7.Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	28

1. Целевой раздел Программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности по освоению курса обучения основам хореографии «Непоседы» разрабатывалась в соответствии:

- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2018 года
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196" Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196"
- Постановлением Правительства РФ от 15 сентября 2020г. № 1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»
- Приказом Министерства образования и науки России №1155 от 17.10.2013№1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования»
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. N 16 “Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил 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)"
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 «О 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».

Хореография – искусство любимое детьми. Хореографическое искусство обладает редкой возможностью воздействия на мировоззрение

ребенка. Просмотры спектаклей в театре; кино-, видео- и телефильмов, посвященных танцу; посещение концертов хореографических коллективов – все это нужно и важно для малыша. Однако наиболее эффективной представляется собственная хореографическая деятельность детей, где каждый ребенок становится на время актером, творчески осмысливающим происходящее. Танец – искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей.

– Танец – это физическая активность, и задача занятий по хореографии сделать физическую нагрузку оптимальной. При этом внимание должно быть сфокусировано на теле и развитии навыка выполнения хорошо контролируемых, сбалансированных, многообразных, пластичных движений. Энергичные движения, кроме того, способствуют развитию силы и гибкости, а также обеспечивают здоровье и нормальное развитие детского организма.

–Танец – это творческий процесс. Использование творческого воображения ребят и умение придумывать и выполнять что-то оригинальное позволяет превратить танцы в самую приятную физическую активность. Когда способность ребенка к творческому мышлению и действию оценивают не только преподаватели и родители, но и ровесники, это может привести к росту уверенности в себе и повышению самооценки.

– Танцу присущи выразительность и информативность, поэтому цель хореографии - давать возможность детям выражать свои чувства посредством ритмических движений. Посредством движений тела выражаются самые разные чувства, например радость – жестиком рук; страх – когда все тело напрягается и резко подается назад, или чрезмерная самоуверенность – характерной манерой держать плечи и походкой, и т.д.

– Танец – это искусство, развивающее артистические способности, поэтому необходимо обучать знанию и пониманию элементов движений, повышающих уровень артистичности мастерства детей. Разнообразие и контраст, применяемые как выразительные средства для передачи формы, скорости, силы, уровня и направления движений тела, являются главными элементами, обеспечивающими улучшение качества исполнения.

– Танец – это развлечение и получение удовольствия – его постоянная черта. Удовольствие от похвалы за успешное исполнение; от участия и согласованных действий вместе с другими в таком увлекательном занятии; от улучшения внешнего вида и настроения после завершения занятия. Все это

может оказать существенное влияние на выбор детьми активного образа жизни в последующие годы.

– Танец – это средство для дружелюбного общения и совместной деятельности, и наша цель – предоставлять возможность работать индивидуально, с партнером, и в группах, исполняя различные роли. Поскольку движения в танце естественны, то успех достигается очень быстро и приводит к формированию сильного чувства «общности»: способность бескорыстно делить занимаемое пространство с другими; стремление показать себя и быть замеченными другими; а также желание получить достойную оценку.

1.2 Цель и задачи реализации Программы

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

Задачи:

- Способствовать всестороннему развитию ребенка;
- Выбатывать у детей чувство ритма, ловкость, красивую осанку, умение свободно и изящно двигаться;
- Развивать общую танцевальную культуру;
- Обучить каждую возрастную группу детей основам классического и народного сценического танца.

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

Программа разработана с учетом следующих основных принципов дополнительного образования:

- 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 обучающихся.
- 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;

1.4. Планируемые результаты освоения Программы.

Критерии и показатели освоение Программы за год:

Критерии	Показатели
1. Танцевальные движения.	1.Изучение 3-5 танцевальных движений под музыку в определенном порядке. 2. Умение запомнить и выучить последовательность хореографических рисунков и их количество.
2.Координация движений.	1.Развитие координации движений в хореографической постановке. 2.Умение детей ориентироваться в пространстве.
3.Творческое воображение.	1.Выражение движением и мимикой настроения и чувств, изображение персонажа. 2. Развитие импровизации и освоения образных движений.
4.Дыхание.	1.Формирование умения правильно дышать при исполнении хореографической композиции. 2. Обеспечение постепенного

	перехода от повышенной мышечной деятельности к спокойному состоянию
5.Музыкальное восприятие.	1.Исполнение хореографических движений под счет. 2.Определение характера музыки и музыкального образа. 3.Умение различать музыкальные жанры.
6.Постановка корпуса.	1.Обеспечение постепенной подготовки организма к предстоящей физической нагрузке. 2.Использование упражнений, содействующих формированию правильной осанки.

1.5. Возрастные особенности детей развития музыкально-ритмических движений

В возрасте 5-7 лет у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального возраста, средств музыкальной выразительности. Приоритетными задачами в работе с данной возрастной группой являются:

- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений;
- воспитание самостоятельности в исполнении движений под музыку;
- побуждение детей к творчеству.

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.

2. Содержательный раздел Программы

2.1. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

формы	способы	методы	средства реализации
групповая совместная деятельность	показ образа игровое упражнение игра показ способа действия объяснение игровая ситуация рассказ беседа	Наглядный– исполнение музыки сопровождается показом педагога Словесный – беседа о характере музыки, рассказ о ее образах; Практический – многократное выполнение музыкально– хореографических движений с последующим их включением в игры, пляски, хороводы. <i>Наглядные методы – это показ руководителя. Словесные методы– раскрытие танцевального образа через рассказ, определяя характер героя, его эмоциональный настрой.</i>	Учебно- наглядный материал (презентации, слайды) подсобные средства (стульчики, палочки)

2.2. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (тематическое планирование).

Программа «Непоседы» для дошкольников рассчитана на 1 год обучения для каждой возрастной группы. Программа предполагает проведение занятий с обучающимися 2 раза в неделю.

Продолжительность занятий: 25-30 мин.

Занятия по программе «Непоседы» 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; организацию обучающимися игровых программ, составление комплексов упражнений.

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

Перспективное планирование

Программа для обучающихся включают в себя:

Ходьба, бег и упражнения на равновесие

- 1) ходьба с остановкой, приседанием, поворотами, «змейкой»;
- 2) выполнить «ласточку»;
- 3) медленно кружиться на месте, затем ходить по прямой линии;

- 4) ходьба по кругу (вперед, назад, в круг, из круга)
- 5) бег по кругу с остановкой и со сменой направления;
- 6) бег на носочках или пятках
- 7) ходьба и бег на носках, высоко поднимая колени;
- 8) приставной шаг вперед, в сторону, назад;
- 9) ходьба с различными положениями рук
- 10) боковой бег (вправо, влево), бег спиной вперед
- 11) стойка на одной ноге, другая – в сторону, вперед, назад.

Танцевальные движения

- 1) плавное поднятие рук вверх, вперед, в стороны
- 2) наклоны вперед и в стороны
- 3) приставной шаг (вправо, влево, вперед,назад)
- 5) изучение «Ковырялочки» (пятка, носик, топ, топ, топ)
- 6) «Топотушки» (вперед, назад, вокруг себя)
- 7) «Пружинка», «пружинка» с выносом пятки вперед
- 8) «Полочка» (с приседанием, с выносом пятки вперед, с приставным шагом)

Постановка корпуса

- 1) использование упражнений, содействующих формированию правильной осанки.
- 2) круговые упражнения для плеч
- 3) упражнения для головы (вправо, влево, подбородок вперед)

Дыхание

- 1) упражнения («ветер», «надувание воздушных шаров»)
- 2) упражнения на дыхание с прогибом корпуса.

Творческое воображение

- 1) выражение движением и мимикой настроения и чувств (радость, грусть, удивление)
- 2) изображение персонажа
- 3) поход в «зоопарк»
- 4) поход на лыжах

2.3. Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1	Постановка корпуса, положение рук на талии. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. «Учимся правильно дышать»	1	Педагогическое наблюдение Визуальный контроль
2	Постановка корпуса, положение рук на талии. Изучение поклона. Танцевальные рисунки: «Круг», «Линия»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
3	Упражнения для головы, шеи, повороты корпуса, наклоны. Упражнения для кистей рук (фонарики). Приседания «Пружинка». «Ветер-ветер»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа
4	Приобретение правильной осанки и правильное положение головы. Положение рук на талии. «Ладушки»- ритмические хлопки. «Рыбка», «Чайка», «Ветер, ветер»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа
5	Упражнения для плеч, рук. «Пружинка», «Рыбка», «Чайка» «Ветер, ветер»	1	Практический показ
6	РАЗМИНКА: Шаги на месте, прыжки на двух ногах. Цветочек распускается и закрывается. Танцевальные рисунки: «Круг», «Линия» «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Птичий двор» Упражнения для ног и стоп. Надуваем шарик.	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
7	Разминка: упражнения для головы, шеи, плеч, рук, кистей. Соединение в одну композицию упражнений для головы, рук, плеч.		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
8	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	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль

			контроль
9	Танец «Береза» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин» Считалочка «Котик»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
10	Упражнения на косые мышцы. Упражнения на пресс (нижний, верхний, брюшной) Набор дыхательных упражнений под музыку	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
11	Наклоны вправо, влево, вперед с правильной постановкой корпуса. Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
12	Шаги на месте, прыжки на двух ногах. Цветочек распускается и закрывается. «Круг», «Линия». «Морская рыбка». Упражнения для ног и стоп. Надуваем шарик.	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа
13	Танец «Варенька» Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин»		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
14	РАЗМИНКА: Ногу на носок, на пятку, притоп, прихлоп и добавляем поворот. Лодочка, Мостик, Черепашка Упражнения на косые мышцы. «Паровоз» - все вариации	1	Практическая работа Визуальный контроль
15	Партер: упражнения для натяжения и расслабления мышц Упражнения на косые мышцы. Упражнения на пресс (нижний, верхний, брюшной)	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа
16	Партер: упражнения для натяжения и расслабления мышц «Валенки», «Елочки и гномы» «Круг», «Линия», «Полукруг»		Педагогическое наблюдение Практическая работа

	Орешек, Самолет, Упражнения для головы, шеи. Шарик, Паровоз		Визуальный контроль
17	Приседания с выносом ноги на носок, на пятку, с притопом. Повторение «Хлопушек» (различные варианты). Упражнения на устойчивость	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа
18	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		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
19	Игра «найди себе пару». Танец «Льдинка» Считалочка «Ворон-ворон»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа
20	Игра «найди себе пару». Изучение бокового шага (вправо, влево). Шаг с притопом. «Стирка», «Мамины помощники» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Колонна» Игра в снежки Упражнения для ног, стоп, косых мышц. Общий набор дыхательных упражнений	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
21	Упражнения лежа на спине для головы, рук, ног и стоп. Упражнения для мышц спины (жарко-холодно). Глубокий вдох – медленный выдох	1	Практическая работа Визуальный контроль
22	Ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко – умеренно – тихо, высоко – низко). «Поварята», «Семеро козлят» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Колонна»		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
23	Учимся высокому бегу. Двигаемся в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами. Приставной шаг (по кругу, в круг, из круга), с притопом, с хлопком, с поворотом.		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
24	Танец «Ковбои», Танец «Часики» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа

25	«Поход на каток» Упражнения лежа на спине для головы, рук, ног и стоп. Упражнения для мышц спины (жарко-холодно). Глубокий вдох – медленный выдох		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
26	Закреплять навыки выразительного 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»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
27	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»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
28	Упражнения на растяжку, на гибкость («лодочка», «самолет», «улитка», «черепаха», «мостик») Глубокий вдох – медленный выдох	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
29	Бег с высоким подъемом ноги (по кругу). Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок.	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
30	Бег с высоким подъемом ноги (по кругу). Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок. Танец «Поварята». Упражнения для головы и шеи. Вводим упражнения на дыхание с прогибом корпуса.		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
31	Бег с высоким подъемом ноги (по кругу). Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок.	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа

	<p>Танец «Поварята» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Поход в лес» Упражнения для головы и шеи. Упражнения на дыхание с прогибом корпуса</p>		
32	<p>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.</p>		<p>Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль</p>
33	<p>Упражнения для пластики рук (правой, левой и двумя). Подъем на высокие полу пальцы Танец «Тучка» Считалочка «Котик» Упражнения для пресса Упражнения на дыхание с прогибом корпуса</p>	1	<p>Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль</p>
34	<p>Приседания с выносом ноги на носок, на пятку, с приземлением. Изучение «Хлопушек» (различные варианты) Танец «Потолок - ледяной»</p>	1	<p>Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль</p>
35	<p>Приседания с выносом ноги на носок, на пятку, с приземлением. 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</p>	1	<p>Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль</p>
36	<p>Постановка корпуса, упражнения для головы, плеч, рук. Упражнения на устойчивость Танец «Валенки» «Круг», «Линия»</p>		<p>Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль</p>
37	<p>Постановка корпуса, упражнения для головы, плеч, рук. Упражнения на устойчивость Танец «Валенки» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»</p>	1	<p>Педагогическое наблюдение Практическая работа</p>

	«Поход на каток»		
38	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.	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
39	Придумываем движения в соответствии с характером музыкального произведения. Учимся высокому бегу. Двигаемся в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами Танец «Пираты» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка» «Поход на лыжах» Упражнения на растяжку, на косые мышцы. Глубокий вдох – медленный выдох		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
40	Приставной шаг (по кругу, в круг, из круга), с притопом, с хлопком, с поворотом Танец «Льдинки» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа
41	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»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
42	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		Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
43	Закрепление позиций рук (подготов-я, I,II,III). Упражнения для головы, плеч, рук, кистей. Закрепление позиций ног (I,II,III,IV,V,VI).	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль

44	Закрепление позиций рук (подготов-я, I,II,III). Упражнения для головы, плеч, рук, кистей. Закрепление позиций ног (I,II,III,IV,V,VI). Упражнения для ног и стоп. Упражнения на растяжку.	1	Практическая работа
45	Закрепление позиций рук (подготов-я, I,II,III). Упражнения для головы, плеч, рук, кистей. Закрепление позиций ног (I,II,III,IV,V,VI). Упражнения для ног и стоп. Упражнения на растяжку. Упражнение на дыхание с наклоном корпуса	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
46	Повторение позиций рук и ног. Изучение пяти-шести танцевальных движений и объединение их в одну хореографическую композицию. Считалочка «Ворон-ворон»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
47	Повторение позиций рук и ног. Изучение пяти-шести танцевальных движений и объединение их в одну хореографическую композицию. Считалочка «Ворон-ворон» Упражнения для корпуса, нагрузка на косые мышцы.	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
48	Танец «Русский хоровод», Танец «Яблочко» Упражнения для пресса (нижний, верхний, брюшной) Общий набор упражнений на дыхание	1	Практическая работа
49	Самостоятельный показ классической фигуры (включая в неё изученные позиции рук и ног) «Русский хоровод» Танец «Часики»	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
50	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	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
51	Изучение пяти-шести танцевальных движений и объединение их в одну хореографическую композицию.	1	Практическая работа

	Танец «Березка», Танец «Разбойников»		
52	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	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
53	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	1	Педагогическое наблюдение Практическая работа Визуальный контроль
54	Итоговое занятие	1	Педагогическое наблюдение
Итого объем программы			54 часа

2.4. Календарный учебный график

№	Содержание	Дата проведения	Кол-во часов
1	Постановка корпуса, положение рук на талии. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. «Учимся правильно дышать»	11.10.22	1
2	Постановка корпуса, положение рук на талии. Изучение поклона. Танцевальные рисунки: «Круг», «Линия»	13.10.22	1
3	Упражнения для головы, шеи, повороты корпуса, наклоны. Упражнения для кистей рук (фонарики). Приседания «Пружинка». «Ветер-ветер»	18.10.22	1
4	Приобретение правильной осанки и правильное положение головы. Положение рук на талии. «Ладушки»- ритмические хлопки. «Рыбка», «Чайка», «Ветер, ветер»	20.10.22	1
5	Упражнения для плеч, рук. «Пружинка», «Рыбка», «Чайка» «Ветер, ветер»	25.10.22	1
6	РАЗМИНКА: Шаги на месте, прыжки на двух ногах. Цветочек распускается и закрывается. Танцевальные рисунки: «Круг», «Линия» «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Птичий двор» Упражнения для ног и стоп. Надуваем шарик.	27.10.22	1
7	Разминка: упражнения для головы, шеи, плеч, рук, кистей. Соединение в одну композицию упражнений для головы, рук, плеч.	01.11.22	1
8	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	08.11.22	1
9	Танец «Береза» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин» Считалочка «Котик»	15.11.22	1
10	Упражнения на косые мышцы. Упражнения на пресс (нижний, верхний, брюшной)	17.11.22	1

	Набор дыхательных упражнений под музыку		
11	Наклоны вправо, влево, вперед с правильной постановкой корпуса. Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок	22.11.22	1
12	Шаги на месте, прыжки на двух ногах. Цветочек распускается и закрывается. «Круг», «Линия». «Морская рыбка». Упражнения для ног и стоп. Надуваем шарик.	24.11.22	1
13	Танец «Варенька» Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин»	29.11.22	1
14	РАЗМИНКА: Ногу на носок, на пятку, притоп, прихлоп и добавляем поворот. Лодочка, Мостик, Черепашка Упражнения на косые мышцы. «Паровоз» - все вариации	01.12.22	1
15	Партер: упражнения для натяжения и расслабления мышц Упражнения на косые мышцы. Упражнения на пресс (нижний, верхний, брюшной)	06.12.22	1
16	Партер: упражнения для натяжения и расслабления мышц «Валенки», «Елочки и гномы» «Круг», «Линия», «Полукруг» Орешек, Самолет, Упражнения для головы, шеи. Шарик, Паровоз	08.12.22	1
17	Приседания с выносом ноги на носок, на пятку, с притопом. Повторение «Хлопушек» (различные варианты). Упражнения на устойчивость	13.12.22	1
18	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	15.12.22	1
19	Игра «найди себе пару». Танец «Льдинка» Считалочка «Ворон-ворон»	20.12.22	1

20	Игра «найди себе пару». Изучение бокового шага (вправо, влево). Шаг с притопом. «Стирка», «Мамины помощники» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Колонна» Игра в снежки Упражнения для ног, стоп, косых мышц. Общий набор дыхательных упражнений	22.12.22	1
21	Упражнения лежа на спине для головы, рук, ног и стоп. Упражнения для мышц спины (жарко-холодно). Глубокий вдох – медленный выдох	10.01.23	1
22	Ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко – умеренно – тихо, высоко – низко). «Поварята», «Семеро козлят» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Колонна»	12.01.23	1
23	Учимся высокому бегу. Двигаемся в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами. Приставной шаг (по кругу, в круг, из круга), с притопом, с хлопком, с поворотом.	17.01.23	1
24	Танец «Ковбой», Танец «Часики» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка», «Клин», «Змейка по кругу»	19.01.23	1
25	«Поход на каток» Упражнения лежа на спине для головы, рук, ног и стоп. Упражнения для мышц спины (жарко-холодно). Глубокий вдох – медленный выдох	24.01.23	1
26	Закреплять навыки выразительного 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»	26.01.23	1
27	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»	31.01.23	1

28	Упражнения на растяжку, на гибкость («лодочка», «самолет», «улитка», «черепаха», «мостик») Глубокий вдох – медленный выдох	02.02.23	1
29	Бег с высоким подъемом ноги (по кругу). Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок.	07.02.23	1
30	Бег с высоким подъемом ноги (по кругу). Приставной шаг с приседанием, полуприседанием и выставлением ноги на пятку, на носок. Танец «Поварята». Упражнения для головы и шеи. Вводим упражнения на дыхание с прогибом корпуса.	09.02.23	1
31	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 лес» Упражнения для головы и шеи. Упражнения на дыхание с прогибом корпуса	14.02.23	1
32	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.	16.02.23	1
33	Упражнения для пластики рук (правой, левой и двумя). Подъем на высокие полу пальцы Танец «Тучка» Считалочка «Котик» Упражнения для пресса Упражнения на дыхание с прогибом корпуса	28.02.23	1
34	Приседания с выносом ноги на носок, на пятку, с притопом. Изучение «Хлопушек» (различные варианты) Танец «Потолок - ледяной»	02.03.23	1
35	Приседания с выносом ноги на носок, на пятку, с притопом. Изучение «Хлопушек» (различные	09.03.23	1

	<p>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</p>		
36	<p>Постановка корпуса, упражнения для головы, плеч, рук. Упражнения на устойчивость Танец «Валенки» «Круг», «Линия»</p>	14.03.23	1
37	<p>Постановка корпуса, упражнения для головы, плеч, рук. Упражнения на устойчивость Танец «Валенки» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка» «Поход на каток»</p>	16.03.23	1
38	<p>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.</p>	21.03.23	1
39	<p>Придумываем движения в соответствии с характером музыкального произведения. Учимся высокому бегу. Двигаемся в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами Танец «Пираты» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка» «Поход на лыжах» Упражнения на растяжку, на косые мышцы. Глубокий вдох – медленный выдох</p>	23.03.23	1
40	<p>Приставной шаг (по кругу, в круг, из круга), с притопом, с хлопком, с поворотом Танец «Льдинки» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка»</p>	28.03.23	1
41	<p>Приставной шаг (по кругу, в круг, из круга), с притопом, с хлопком, с поворотом Танец «Льдинки» «Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка»</p>	04.04.23	1

	Считалочка «Шарик и Жучка»		
42	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	06.04.23	1
43	Закрепление позиций рук (подготов-я, I,II,III). Упражнения для головы, плеч, рук, кистей. Закрепление позиций ног (I,II,III,IV,V,VI).	11.04.23	1
44	Закрепление позиций рук (подготов-я, I,II,III). Упражнения для головы, плеч, рук, кистей. Закрепление позиций ног (I,II,III,IV,V,VI). Упражнения для ног и стоп. Упражнения на растяжку.	13.04.23	1
45	Закрепление позиций рук (подготов-я, I,II,III). Упражнения для головы, плеч, рук, кистей. Закрепление позиций ног (I,II,III,IV,V,VI). Упражнения для ног и стоп. Упражнения на растяжку. Упражнение на дыхание с наклоном корпуса	18.04.23	1
46	Повторение позиций рук и ног. Изучение пяти-шести танцевальных движений и объединение их в одну хореографическую композицию. Считалочка «Ворон-ворон»	20.04.23	1
47	Повторение позиций рук и ног. Изучение пяти-шести танцевальных движений и объединение их в одну хореографическую композицию. Считалочка «Ворон-ворон» Упражнения для корпуса, нагрузка на косые мышцы.	25.04.23	1
48	Танец «Русский хоровод», Танец «Яблочко» Упражнения для пресса (нижний, верхний, брюшной) Общий набор упражнений на дыхание	27.04.23	1
49	Самостоятельный показ классической фигуры (включая в неё изученные позиции рук и ног) «Русский хоровод» Танец «Часики»	02.05.23	1
50	Самостоятельный показ классической фигуры (включая в неё изученные позиции рук и ног) «Русский хоровод» Танец «Часики»	11.05.23	1

	«Круг», «Линия», «Полукруг», «Змейка», «Колонна», «Улитка», «Диагональ» «Звездочка» «Веселая ярмарка» Упражнения для рук, кистей. Общий набор упражнений на дыхание		
51	Изучение пяти-шести танцевальных движений и объединение их в одну хореографическую композицию. Танец «Березка», Танец «Разбойников»	16.05.23	1
52	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	18.05.23	1
53	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	23.05.23	1
54	Итоговое занятие	25.05.23	1

2.5. Условия реализации программы

Занятия по образовательной программе художественной направленности проводятся в помещении музыкального зала, в котором имеется необходимое оборудование для занятий, соответствующие возрасту детей согласно требованиям СанПин.

Занятия проводятся в музыкальном зале. В зале созданы условия для нормального психосоциального развития детей:

- спокойная и доброжелательная обстановка,
- внимание к эмоциональным потребностям детей,
- представление самостоятельности и независимости каждому ребенку,

- представление возможности каждому ребенку самому выбрать себе партнера для общения,
- созданы условия для развития и обучения.

Техническое оснащение занятий включает в себя:

- помещение для занятий хореографией (музыкальный зал);
- гимнастические коврики или ковровое покрытие;
- мультимедийные средства (проектор, музыкальный центр, CD и DVD диски);
- спортивная форма, отвечающая требованиям занятий.

Занятия проводятся в специальной форме для обучающихся:

Форма для мальчиков и девочек:

1. Футболка (белая)
2. Шорты (черные)
3. Носки (белые)
4. Балетки или чешки (белые или черные)

Это классический вариант, такая форма одежды принята во многих профессиональных коллективах, также хореографических колледжах. Как правило, такая форма одежды дисциплинирует и настраивает на рабочий лад. Подошва обуви, желательно, тонкая и кожаная. Это дает возможность работы стопы (оттягивать носок) в танце, не мешает ей легко и свободно двигаться, а также поможет сделать движение более быстрым.

Занятия проводит педагог Шалагина Т.Э., образование – высшее.

2.6. Система оценки.

Система мониторинга предполагает 3х бальную систему оценки:

2 балла – у ребенка сформированы основные хореографические навыки, он безошибочно выполняет все задания по хореографии, предлагаемые педагогом.

1 балл – ребенок выполняет основную часть заданий по хореографии, при замечании педагога может исправить допущенные ошибки,

0 баллов – у ребенка недостаточно сформированы хореографические навыки. Он не справляется с большинством заданий по хореографии.

По результатам мониторинга суммируется общий балл.

Уровневая характеристика подготовки детей танцевально – хореографических навыков.

10 - 12 баллов Высокий уровень	6 – 8 баллов Средний уровень	0 – 6 баллов Низкий уровень
<p>Ребенок точно и правильно исполняет хореографическую композицию под музыку. Четко запоминает последовательность хореографических рисунков и их количество. У ребенка отлично развита координация движений и ориентирование в пространстве. Развито творческое воображение и умение правильно дышать. Правильно исполняет движение под счет, умеет определять характер музыки. Правильно держит осанку при физических нагрузках.</p>	<p>Ребенок частично исполняет хореографическую композицию и не всегда запоминает последовательность хореографических рисунков и их количество. Слабо развиты координация движений и ориентирование в пространстве. Ребенок с трудом может выразить движением и мимикой настроение и чувства своего хореографического персонажа. Умеет правильно дышать при исполнении хореографической композиции. Затрудняется исполнить движение под счет или определить характер и музыкальный жанр произведения.</p>	<p>Ребенок затрудняется исполнить заданную хореографическую композицию, слабо запоминает последовательность хореографических рисунков и их количество. У него слабо развита координация движений и ориентирование в пространстве. Не умеет восстанавливать дыхание после физической нагрузки. Затрудняется исполнить хореографическое движение под счет и определить характер музыкального произведения.</p>

2.7. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Методическое пособие	Издательство	Год издания
Н., Мей В. Азбука классического танца	«Искусство», Ленинград, Москва.	2000г.
Ваганова А.Я. Основы классического танца	«Искусство», Ленинград.	1973г.
В.А. Шишкина «Движение + движения»	Москва «Просвещение»	1992 г.
Е.Н. Вавилова «Укрепляйте здоровье детей»	Москва «Просвещение»	1986 г.
М.А. Рунова «Движение день за днем»	Москва «Линка - /Пресс»	2007 г.
Р.В. Тонкова – Ямкольская «Ради здоровья детей»	Москва «Просвещение»	1985 г.
Васильева Т.К. Секрет танца.	Санкт-Петербург «Диамант»	1994г.
Климов А. Основы русского народного танца.	«МГИК» Москва	1988г.
Под редакцией М.А. Васильевой «Руководство играми детей в дошкольных учреждениях»	Москва «Просвещение»	1986 г.