

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ИВАНОВО  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 62»  
МБДОУ «Детский сад № 62»

СОГЛАСОВАНО:

Председатель Педагогического совета

 Можухина Н.В.

Протокол № 2 от 20.09.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МБДОУ «Детский сад

№ 62 от 20.09.2022 г.

заведующий  2022 г.  
Ловышева Н.В.



**Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности по хореографии  
«Озорной каблучок»  
для детей от 4 до 8 лет**

Разработала:  
педагог дополнительного образования  
МБДОУ «Детский сад №62»  
Клыгина Марина Сергеевна

Иваново, 2022

## Оглавление

1. Пояснительная записка .....	3
2. Методическое обеспечение образовательной программы.....	5
3. Учебно-тематический план .....	13
4. Список литературы .....	15

## 1. Пояснительная записка

### Краткая характеристика программы.

По форме составления - модифицированная

По форме реализации - групповая.

По возрасту детей – от 4 до 7 лет.

По срокам реализации – 2 года

Основная цель программы заключается в общем развитии ребенка, формировании у него разнообразных умений, способностей и качеств личности средствами музыки, ритмических и танцевальных движений.

Известно, что эффективность образования детей во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Система современного образования стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело” находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный воспитательно-образовательный процесс в дошкольном образовательном учреждении.

Приходя в дошкольное учреждение, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети

плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Хореография способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по хореографии направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

На занятиях хореографией увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, функциональное состояние сердечнососудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

**Основная цель курса** – привить ребенку необходимые двигательные навыки и умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм, привить воспитанникам культуру общения между собой и окружающими.

## Приоритетные задачи:

- укрепление психического и физического здоровья средствами ритмики (формирование правильной осанки, походки; содействие профилактике плоскостопия; снижение психического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения и т.д.);
- совершенствование психомоторных способностей (развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей; развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой; формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев);
- развитие творческих и созидательных способностей детей (развитие мышления, воображения, познавательной активности, расширение кругозора; формирование навыков самостоятельного выражения движений под музыку; воспитание умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях);  
поддерживать увлечение занятиями музыкой и пластикой.
- всестороннее, гармоничное развитие форм тела и функций организма человека, направленное на совершенствование физических способностей, укрепление здоровья;
- формировать важные музыкально-двигательные умения, навыки и вооружение специальными знаниями;
- учить детей мыслить, слушать и слышать педагога, уметь исправлять неточности в исполнении;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы;
- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству разных народов.

## Условия реализации программы

1. Материально-технические условия, необходимые для нормальной деятельности коллектива (зал с зеркалами, музыкальная аппаратура);
2. Организационные условия (необходимое количество часов в неделю, необходимое количество обучающихся в группах);
3. Соблюдение норм Сан Пин;
4. Наличие у воспитанников медицинских справок;
6. Проведение инструктажей 2 раза в год среди воспитанников и их родителей:

- по правилам техники безопасности,
- по правилам пожарной безопасности,
- по антитеррористическим мерам,
- по правилам поведения в коллективе.

Контроль над выполнением инструктажа осуществляется в течение всего учебного года.

## 2. Методическое обеспечение образовательной программы

*Этапы обучения:*

Технологически образовательный процесс реализуется на трех уровнях:

- репродуктивный,
- тренировочный (1 год обучения);
- творческая деятельность (2 год обучения).

Формы проведения занятий:

- групповые – занятие со всей группой 12-16 человек;
- индивидуальные – работа с солистами, дополнительная отработка движений с отстающими воспитанниками;
- теоретические – объяснение детям методики исполнения, специфики и названия движений;
- практические – самостоятельное выполнение поставленной задачи.

*Методика обучения:*

Учебная программа по основам хореографии для детей дошкольного возраста по одному часу в неделю.

Программа состоит из следующих разделов:

1. Ритмика;
2. Танцевальная азбука (элементы партерного экзерсиса на полу, классического, народного и бального танца);
3. Танцевальные движения;
4. Танцевальный репертуар.

**Раздел 1.** Ритмика включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, запас музыкальных впечатлений, используя их в разных видах деятельности, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и особенно, умение согласовывать музыку с движением.

**Раздел 2.** Танцевальная азбука содержит элементы партерного экзерсиса, эстрадного, народного танца. Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, в осанке вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

Задачей педагога при работе с детьми на первом этапе является правильная постановка корпуса, ног, рук, головы, развитие физических данных, выработка элементарной координации движений.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку детей, не допуская перенапряжения, а также учить их правильно дышать при исполнении упражнений и танцев.

**Раздел 3.** Танцевальные движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Очень важно обогатить детей запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.

Раздел 4. Танцевальный репертуар включает танцевальные миниатюры. При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие танцевальной выразительности.

Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения результат не механического “натаскивания”, а систематической работы, когда педагог от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях и музыкальных играх, постепенно переходит к более сложным, связанным с передачей стиля, манеры, характера танца.

Все разделы должны чередоваться не механически, а соединяться осмысленно, быть пронизаны единым педагогическим замыслом занятия.

Педагог должен проявлять определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе воспитанников, творчески решать вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей. Педагог может перенести изучение на следующий год или вовсе исключить из программы те движения, прохождение которых окажется, недоступным данной группе детей в связи с ограниченностью возможностей воспитанников. С другой стороны, в зависимости от необходимости, педагог может расширить тот или иной раздел программы. Возможно также некоторое изменение в порядке прохождения материала.

На занятиях используются следующие методы:

- демонстрационный;
- игровой;
- словесный;
- метод наблюдения;
- метод упражнений;
- анализ;
- эвристический.

Методики хореографического обучения опираются так же на общие дидактические принципы обучения:

- доступность в обучении с учетом возрастных особенностей;
- системность и последовательность (от простого к сложному);
- принцип цикличности процесса обучения;
- наглядность;
- единство теории и практики;
- принцип творческого сотрудничества;
- принцип воспитывающего обучения.

*Принцип доступности* в обучении с учетом возрастных особенностей строится на знании физиологических и психических особенностей воспитанников. Исходя из этого, рассчитывается физическая нагрузка, продолжительность и периодичность занятий, смена деятельности на занятии, объем и сложность теоретического материала.

Педагог на каждом этапе работы должен четко представлять уровень музыкального и физического развития. Таким образом, учебный процесс выстраивается по принципу «от простого к сложному» (т.е. циклично)

*Принцип наглядности* связан, прежде всего, с постоянным использованием на занятиях такого приема как показ педагогом определенных движений. Этот прием тесно увязывает *теорию и практику*, то есть рассказ-объяснение, как правильно исполняется то, или иное движение и практический показ педагога.

*Принцип творческого сотрудничества* проявляется не только в учебном процессе, где дети учатся правильно оценивать свои достижения и промахи, но и воплощается в шефстве старших над младшими.

*Принцип воспитывающего обучения* очень важен. В процессе занятий у воспитанников формируются и совершенствуются исполнительские навыки, развивается музыкально-эстетический вкус, память мышление, речь, воображение, формируется чувство ответственности.

Происходит становление личности.

*Принцип системности и последовательности* отражен в подборе содержания занятий. Учебная программа построена с использованием принципа цикличности.

Содержание, формы и методика проведения занятий непосредственно связаны с возрастными особенностями детей.

Каждое занятие включает в себя разминку, объяснение и изучение нового материала, повторение и закрепление уже изученного на прошлых занятиях. На занятиях большое внимание уделяется физическому развитию воспитанников и повышению уровня их мастерства.

Разминка по продолжительности занимает до 30% от общего времени занятия и включает в себя набор физических упражнений. В разминку включаются простейшие танцевальные движения, элементы классического экзерсиса, упражнения для развития координации движений и на ориентирование в зале.

Во время занятий уделяется внимание чередованию видов деятельности, используются игры-релаксации, дыхательная гимнастика. Физическая нагрузка на занятиях строго дозирована. В содержание занятий вводятся темы, дающие сведения об общей гигиене, профилактике заболеваний мышц и суставов, дается представление о строении и функциях человеческого тела и способах сохранения их нормального функционирования.

**Длительность занятий составляет:**

- 20 минут средняя и старшая группа.
- 30 минут старшая и подготовительная группы.

**Организация учебного процесса в рамках одного занятия:**

- организационный момент (2 минуты)

- мотивация (2 минуты)
- теория (6 минут)
- практика (10 минут)
- подведение итогов занятия (2 минут)
- рефлексия (3 минуты)

Итого 25 мин.

## Прогнозируемый результат

### 1 год обучения.

В конце первого года обучения ребенок должен научиться:

- выполнять элементарные движения и уметь повторить их за руководителем;
- выполнять движения, сохраняя танцевальную осанку (правильно держать спину во время исполнения движения);
- тянуть колено и подъём;
- ритмично двигаться в такт музыки, отличать характер музыки (грустный, веселый);
- исполнять танцевальные комбинации и танцы выразительно, раскрывая образы;
- соблюдать интервалы и равенство в линиях;
- исполнять несложные танцевальные номера;
- выполнять правила в играх, справляется с поставленной задачей;
- быть активным и работоспособным на занятиях;
- взаимодействовать в коллективе.

*Форма контроля:*

- промежуточная – наблюдение за самостоятельным выполнением;
- итоговая – 2 открытых занятия для родителей и воспитанников кружка.

## 2 год обучения.

В конце второго года обучения ребенок должен:

- закрепить навыки 1 года обучения;
- знать все основные позиции рук и ног;
- уметь выполнять упражнения под музыку, хорошо чувствовать темп и ритм;
- освоить упражнения гимнастической подготовки, иметь хорошую растяжку и гибкость;
- уметь выделять сильную долю такта музыки;
- уверенно исполнять танцевальные комбинации и танцы;
- познакомиться с техникой исполнения прыжков;
- уметь передавать настроение музыки через движение;
- уметь применять навыки общения и взаимодействия в коллективе при исполнении танцевальных номеров.

### *Форма контроля:*

промежуточная – наблюдение за самостоятельным выполнением, контрольные упражнения.

итоговая – 2 открытых занятия для родителей и администрации.

## Модель выпускника

Выпускник хореографического кружка:

- умеет хорошо владеть своим телом;
- имеет хорошую физическую форму (гибкость, выворотность, координацию движения, танцевальную осанку, пластику, грациозность);
- владеет основными техниками и навыками хореографии и танца;
- умеет импровизировать и составлять комбинации и танцы;
- комфортно чувствует себя на сцене.

### 3. Учебно-тематический план

#### 1-й год обучения

Основное внимание уделяется занятиям классического танца. В репертуаре – классические стилизации и номера, основанные на свободной пластике.

Название разделов и тем	Форма занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1. Вводные занятия	групповая	1	-	1
1.1. Инструктажи	групповая			
1.2. Знакомство, введение в предмет классического танца		1	1	2
2. Учебно-тренировочная работа:				
2.1. Подготовительные упражнения (разогрев)	групповая	1	2	3
2.2. Постановочная работа	групповая, индивидуальная	3	17	20

4. Занятия по актерской выразительности	индивидуальная,	1	2	3
	групповая	1	2	3

Итого: 32 часа в год

2-й год обучения

Наряду с занятиями классического танца и занятиями партерной гимнастики большое внимание уделяется занятиям современного танца.

Название разделов и тем	Форма занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>1. Вводные занятия</b>				
1.1. Инструктажи	групповая	1	-	1
1.2. Повторение пройденного материала		1	2	3
1.3. Введение в предмет современного танца		1	2	3
<b>2. Учебно-тренировочная работа:</b>				
2.1. Подготовительные упражнения (разогрев)	групповая	1	4	5
2.2. Народный танец	групповая, индивидуальная	1	4	5
2.3. Современный танец		1	3	4
2.4. Постановочная работа		1	3	4
<b>3. Занятия по актерской выразительности</b>	Индивидуальная,	1	3	4
	групповая	-	3	3

Итого: 32 часа в год

#### 4. Список литературы

Нормативные документы:

1. Закон РФ «Об образовании», М. «Астель» 2002г.
2. Конституция Российской Федерации, М. «Элит-2000», 2002г.
3. Концепция развития дополнительного образования до 2010 г.
4. Конвенция ООН о правах ребенка от 20 ноября 1989 года. Журнал «народное образование», 1993г.
5. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей. Журнал «Внешкольник», 1997г.\
6. Правила внутреннего трудового распорядка.
7. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН от 27.05.2013г.
8. Должностная инструкция педагога дополнительного образования
9. Инструкция по охране труда

Для педагога:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца, М.1984 г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии, М. 1996 г.
3. Боголепская М.С.: Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах, М.1997 г.
4. БоттомерПолл : Танец современный и классический, Москва, 2006.
5. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика: Учеб.для студ. высш. учеб. заведений М,2002г.
6. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры, С.-Петербург, 1997 г.
7. Никитин В.Ю. Композиция в современной хореографии, учебно-методическое пособие. МГУКИ, 2007.
8. Никитин В.Ю. Использование стретчинга в профессиональной подготовке исполнителей современного танца, Москва, 2004 г.
9. Смирнов И. В. Искусство балетмейстера, М.1986 г.
- 10.Тарасов Н. Классический танец, М. 1971 г.
- 11.Шерементьевская Н.: Танец на эстраде Москва, 1985 г.
- 12.<http://www.butuzici.ru/igry-dlja-detej>
- 13.<http://www.ourkids.ru/Logopedia/ritmika.shtml>

Для воспитанников:

1. Барышникова Т., Азбука хореографии, С.П. – 1996г.
2. Васильева Т., Секрет танца, С.П. – 1997г.
3. Базарова Т., Азбука классического танца, М. 1979г.
4. <http://dancerussia.ru/>