



Муниципальное  
бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«детский сад №12 «Рябинка»»  
Городского округа город Шарья Костромской области

---

Костромская обл., г.Шарья, пгт Ветлужский, ул.Энтузиастов, д.12 «а»  
Тел.: 8(49449) 55-610 E-mail [dryabinka@yandex.ru](mailto:dryabinka@yandex.ru)

**СОГЛАСОВАНО**

Председатель Родительского комитета  
МБДОУ «д/с №12 «Рябинка»»  
\_\_\_\_\_ К.О.Тамаева  
\_\_\_\_\_ протокол от  
« 29 » 08 2024г.№ 1)

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
(протокол от  
« 29 » 08 2024г.№ 1)

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом от «31» 08 2024г. №58  
Заведующий \_\_\_\_\_/Ю.В.Кострова/

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА**

**«ДОШКОЛЁНОК»**

**(общеобразовательная)**

**для детей с 4-х до 7-ми лет**

**муниципального**

**бюджетного дошкольного образовательного учреждения**

**«детский сад № 12 «Рябинка»»**

**городского округа город Шарья Костромской области**

**Срок реализации программы: 3 года**

**Автор программы:**

**Борисова Н.Н., хореограф, педагог дополнительного образования**

г.Шарья, 2024

### 1.1. Пояснительная записка

Сегодня дополнительное образование детей - единый, целенаправленный процесс, объединяющий воспитание, обучение и развитие личности. Оно предназначено для свободного выбора и освоения дополнительных общеобразовательных программ независимо от осваиваемой ими основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Дополнительное образование в отличие от образовательного процесса, не регламентируется стандартами, а определяется социальным заказом детей, родителей, других социальных институтов. Содержание современного дополнительного образования детей расширяет возможности личностного развития детей за счет расширения образовательного пространства ребенка исходя из его потребностей.

Дополнительное образование является средством мотивации развития личности к познанию и творчеству в процессе широкого разнообразия видов деятельности в различных образовательных областях. Оно характеризуется разнообразием содержательных аспектов деятельности (теоретический, практический, опытнический, исследовательский, прикладной и др.) и форм образовательных объединений (кружок, мастерская, студия, клуб, школа, лаборатория, секция и др.).

Кроме того, дополнительное образование способствует своевременному самоопределению ребенка, повышению его конкурентоспособности в жизни, созданию условий для формирования каждым ребенком собственных представлений о самом себе и окружающем мире. В дополнительном образовании педагог сам определяет «стандарт» освоения предмета или направления деятельности.

Дополнительная общеобразовательная программа «Дошколенок» (далее Программа) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 12 «Рябинка» городского округа город Шарья Костромской области (далее учреждение) имеет художественную направленность, разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (ред. от 30.09.2020);
3. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
4. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2,
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020г. № 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)»;
6. Уставом МБДОУ «д/с № 12 «Рябинка»»

**Актуальность** Программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают детям адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. Содержание Программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

**Новизна Программы** состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, историко-бытовой, народно-сценический и современный танец. В Программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

**Концептуальная идея Программы** состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, историко-бытовой, народно-сценический, современный танец.

**Программа дополнительного образования разработана для детей в возрасте от 4 до 7 лет.**

Дополнительная образовательная деятельность осуществляется на русском языке.

Основной срок освоения программы: 3 года; для детей поступающих не с момента комплектования младшей группы срок освоения определяется индивидуально и не может превышать 3 лет.

## **2. Цель и задачи реализации программы:**

**Цель:** Развивать художественно – творческие способности детей, проявляющих интерес к познавательному, речевому, театральному, двигательному, художественному творчеству.

### **Основные задачи:**

- способствовать своевременному самоопределению ребенка;
- удовлетворить потребность детей в занятиях по интересам;
- раскрывать творческие способности детей;
- создавать условия для гармоничного развития и успешной личностной реализации;
- постановка хореографических композиций в обучающих целях.

### **1. Обучающие задачи** заключаются в том, чтобы:

- дать представление об элементах гимнастики, ритмики, а также основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, историко-бытовой танец, современный танец;

- обеспечить практическое применение теоретических знаний в области различных танцевальных техник;

### **2. Воспитательные задачи** направлены на то, чтобы:

- воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- помочь в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- сформировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению;
- привить эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
- обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между обучающимися;
- способствовать формированию творческой личности.

**3. Развивающие задачи** подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков:

- координации;
- ловкости;
- силы;
- выносливости;
- гибкости;
- правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника;
- музыкально-пластической выразительности;
- активизации специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной;

## **3. Принципы и подходы к формированию Программы**

### **Принципы содержания программы:**

1. *Комфортность*: атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации успеха.

2. *Погружение каждого ребенка в творческий процесс*: реализация творческих задач достигается путем использования в работе активных методов и форм обучения.

3. *Опора на внутреннюю мотивацию:* с учетом опыта ребенка создание эмоциональной вовлеченности его в творческий процесс, что обеспечивает естественное повышение работоспособности.

4. *Постепенность:* переход от совместных действий взрослого и ребенка, ребенка и сверстников к самостоятельным; от самого простого до заключительного, максимально сложного задания; «открытие новых знаний».

5. *Вариативность:* создание условий для самостоятельного выбора ребенком способов работы, типов творческих заданий, материалов, техники и др.

6. *Индивидуальный подход:* создание в творческом процессе раскованной, стимулирующей творческую активность ребенка атмосферы. Учитываются индивидуальные психофизиологические особенности каждого ребенка и группы в целом. В основе лежит комплексное развитие всех психических процессов и свойств личности в процессе совместной (дети - дети, дети - родители, дети - педагог) продуктивно-творческой деятельности, в результате которой ребенок учится вариативно мыслить, запоминать, придумывать новое, решать нестандартные задачи, общаться с разными людьми и многое другое.

#### **4. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста**

***Средний дошкольный возраст (4-5 лет).*** Дети 4 - 5 лет всё ещё не осознают социальные нормы и правила поведения, однако у них уже начинают складываться обобщённые представления о том, как надо и не надо себя вести.

В возрасте 4 - 5 лет преобладает репродуктивное воображение, воссоздающее образы, которые описываются в стихах, рассказах взрослого, встречаются в мультфильмах и т.д. Элементы продуктивного воображения начинают складываться в игре, рисовании, конструировании.

В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками. Дети продолжают сотрудничать со взрослыми в практических делах (совместные игры, поручения), наряду с этим активно стремятся к интеллектуальному общению, что проявляется в многочисленных вопросах (почему? зачем? для чего?), стремлении получить от взрослого новую информацию познавательного характера.

В художественной и продуктивной деятельности дети эмоционально откликаются на произведения музыкального и изобразительного искусства, художественную литературу, в которых с помощью образных средств переданы различные эмоциональные состояния людей, животных, сказочных персонажей. Дошкольники начинают более целостно воспринимать сюжеты и понимать образы.

***Старший дошкольный возраст (5-6 лет).*** Ребёнок 5 - 6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей.

В этом возрасте в поведении дошкольников происходят качественные изменения - формируется возможность саморегуляции, дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т.п.). Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения.

Более совершенной становится крупная моторика. Ребёнок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более порывистые, у девочек - мягкие, плавные, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка.

Действия воображения - создание и воплощение замысла - начинают складываться первоначально в игре. Это проявляется в том, что прежде игры рождается её замысел и сюжет. Постепенно дети приобретают способность действовать по предварительному замыслу в конструировании и рисовании.

В процессе восприятия художественных произведений, произведений музыкального и изобразительного искусства дети способны осуществлять выбор того (произведений, персонажей, образов), что им больше нравится, обосновывая его с помощью элементов эстетической оценки. Они эмоционально откликаются на те произведения искусства, в которых переданы понятные им чувства и отношения, различные эмоциональные состояния людей, животных, борьба добра со злом. Совершенствуется качество музыкальной деятельности. Творческие проявления становятся более осознанными и направленными (образ, средства выразительности продумываются и сознательно подбираются детьми). В продуктивной деятельности дети также могут изобразить задуманное (замысел ведёт за собой изображение).

**Ребенок на пороге школы (6 - 7 лет)** обладает устойчивыми социально-нравственными чувства и эмоциями, высоким самосознанием и осуществляет себя как субъект деятельности и поведения.

Мотивационная сфера дошкольников 6 - 7 лет расширяется за счёт развития таких социальных мотивов, как познавательные, просоциальные (побуждающие делать добро), самореализации. Поведение ребёнка начинает регулироваться также его представлениями о том, что хорошо и что плохо. С развитием морально-нравственных представлений напрямую связана и возможность эмоционально оценивать свои поступки. Ребёнок испытывает чувство удовлетворения, радости, когда поступает правильно, хорошо, и смущение, неловкость, когда нарушает правила, поступает плохо. Общая самооценка детей представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, формирующееся под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых.

К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. С одной стороны, у детей этого возраста более богатая эмоциональная жизнь, их эмоции глубоки и разнообразны по содержанию. С другой стороны, они более сдержанны и избирательны в эмоциональных проявлениях. К концу дошкольного возраста у них формируются обобщённые эмоциональные представления, что позволяет им предвосхищать последствия своих действий. Это существенно влияет на эффективность произвольной регуляции поведения - ребёнок может не только отказаться от нежелательных действий или хорошо себя вести, но и выполнять неинтересное задание, если будет понимать, что полученные результаты принесут кому-то пользу, радость и т. п. Благодаря таким изменениям в эмоциональной сфере поведение дошкольника становится менее ситуативным и чаще выстраивается с учётом интересов и потребностей других людей.

Сложнее и богаче по содержанию становится общение ребёнка со взрослым. Продолжается дальнейшее развитие моторики ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

Воображение детей данного возраста становится, с одной стороны, богаче и оригинальнее, а с другой - более логичным и последовательным, оно уже не похоже на стихийное фантазирование детей младших возрастов. Несмотря на то, что увиденное или услышанное порой преобразуется детьми до неузнаваемости, в конечных продуктах их воображения чётче прослеживаются объективные закономерности действительности.

Музыкально-художественная деятельность характеризуется большой самостоятельностью. Развитие познавательных интересов приводит к стремлению получить знания о видах и жанрах искусства (история создания музыкальных шедевров, жизнь и творчество композиторов и исполнителей).

Дошкольники начинают проявлять интерес к посещению театров, понимать ценность произведений музыкального искусства.

При планировании образовательного процесса **учтены:**

расположение Костромской области и отнесение её к Приволжскому краю;

удаленность от морей;

Костромская область и в частности город Шарья расположены на великой Русской равнине, почти в центре Европейской части России;

область граничит с Ярославской, Вологодской, Ивановской, Нижегородской и Кировской областями;

Шарья равноудалена от областного центра и других областных центров, что вносит в её культурные традиции много из традиций разных народов населявших данную территорию;

климатические условия – умеренные (холодная продолжительная зима, лето);

на территории области и в частности города много рек и озер, населенных разнообразной рыбой;

многие реки судоходны, по ним сплавляют лес, самая главная водная артерия Шарьи – это река Ветлуга;

в поймах рек и озер раскинулись зеленые ковры заливных лугов;

особая гордость – это лес, его обитатели;

область богата заповедными и живописными местами; историческим и культурным наследием, развитой инфраструктурой, промышленностью, сельским хозяйством.

Образовательный процесс учитывает национально-культурные особенности. При выборе дополнительных программ учтены пожелания родителей детей, посещающих ДООУ. Дети с детства приобщаются к истокам народной культуры своей страны, региона. В образовательном процессе уделяется внимание произведениям устного народного творчества (знакомим детей с произведениями местных художников и писателей): народным играм, народной музыке и танцам, декоративно-прикладному искусству Костромской области, России в целом.

### ***Комплектование групп***

Для организации дополнительных занятий организуются подгруппы детей от 8 до 12 человек.

Длительность работы – 20 - 30 минут, в вечернее время (вторая половина дня). Занятия комплексные, интегрированные, не дублируют ни одно из занятий общей программы. Они являются надпрограммными и закладывают основу успешной деятельности в любой области, в процессе систематических занятий, постепенно, с постоянной сменой задач, материала и т.д. Такой подход дает возможность заинтересовать ребенка и создать мотивацию к продолжению занятий.

На занятиях менее жесткая система развития творческих способностей каждого ребенка, запуск механизмов саморазвития для дальнейшей самореализации в выбранной области.

### ***Общие сведения о педагогическом коллективе***

1) Дополнительное образование будут осуществлять педагоги учреждения. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует санитарно - эпидемиологическим правилам и нормативам:

СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41;

СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 мая 2013 г., регистрационный № 28564).

В соответствии Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ статья 75 предусмотрено дополнительное образование детей и взрослых.

Организация деятельности взрослых и детей по реализации и освоению Программы осуществляется в *совместной деятельности взрослого и детей, осуществляемой в ходе режимных моментов.*

## 5. Планируемые результаты освоения Программы

| К пяти годам                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | К шести годам                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | К семи годам                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Может применять усвоенные знания и способы деятельности для решения несложных задач, поставленных взрослым. Доброжелателен в общении со сверстниками в совместных делах; проявляет интерес к разным видам деятельности, активно участвует в них.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p>Проявляет самостоятельность в разнообразных видах деятельности, стремится к проявлению творческой инициативы. Может самостоятельно поставить цель, обдумать путь к её достижению, осуществить замысел и оценить полученный результат с позиции цели.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>Ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности. Способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.</p>    |
| <p>Откликается на эмоции близких людей и друзей. Эмоционально реагирует на художественные произведения.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>Понимает эмоциональные состояния взрослых и других детей, выраженные в мимике, пантомимике, действиях, интонации речи, проявляет готовность помочь, сочувствие. Способен находить общие черты в настроении людей, музыки, природы, картины, скульптурного изображения. Высказывает свое мнение о причинах того или иного эмоционального состояния людей, понимает некоторые образные средства, которые используются для передачи настроения в изобразительном искусстве, музыке, в художественной литературе.</p>                                                                                                                                                                                                                               | <p>Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и сорадоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты.</p> |
| <p>Проявляет стремление к общению со сверстниками, нуждается в содержательных контактах со сверстниками.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Стремится регулировать свою активность: соблюдать очередность, учитывать права других людей. Проявляет инициативу в общении — делится впечатлениями со сверстниками, задает вопросы, привлекает к общению других детей.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.</p>                                                                                                                                   |
| <p>Движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Испытывает острую потребность в движении, отличается высокой возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности быстро перевозбуждается, становится непослушным, капризным. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки.</p>                                                                                                                                      | <p>Проявляет интерес к физическим упражнениям. Правильно выполняет физические упражнения, проявляет самоконтроль и самооценку. Может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>У ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.</p>                                                                |
| <p>Владеет разными способами деятельности, проявляет самостоятельность, стремится к самовыражению. Поведение определяется требованиями со стороны взрослых и первичными ценностными представлениями о том «что такое хорошо и что такое плохо» (например, нельзя драться, нехорошо ябедничать, нужно делиться, нужно уважать взрослых и пр.). С помощью взрослого может наметить действия, направленные на достижение конкретной цели. Умеет работать по образцу, слушать взрослого и выполнять его задания, отвечать, когда спрашивают.</p> | <p>Соблюдает установленный порядок поведения, ориентируется в своем поведении не только на контроль воспитателя, но и на самоконтроль на основе известных правил, владеет приемами справедливого распределения игрушек, предметов. Стремится к мирному разрешению конфликтов. Может испытывать потребность в поддержке и направлении взрослого в выполнении правил поведения в новых условиях. Слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям, самостоятельно планирует и называет два-три последовательных действия, способен удерживать в памяти правило, высказанное взрослым и действовать по нему без напоминания, способен аргументировать свои суждения.</p> | <p>Ребёнок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности</p>                                                                                                     |

## **6. Содержание дополнительной образовательной программы**

### **6.1. Система образовательной работы**

Содержание Программы базируется на детских интересах и запросах родителей и реализуется по следующей направленности:

**1. Художественная** – это хореография, музыкальное сопровождение занятий хореографией.

Структурной особенностью Программы является **блочно - тематическое планирование**. Планируя работу кружка, педагог может выбирать для каждой темы ту или иную форму работы, учитывая оснащенность и специфику творческой деятельности.

Все темы занятий хореографией, входящие в Программу, подобраны по принципу нарастания сложности дидактического материала и творческих заданий, что дает возможность ребенку распределять свои силы равномерно и получить желаемый результат. Возможно внесение изменений в содержательную часть Программы на последующие годы реализации, с учетом интересов детей, пожеланий родителей.

### **6.2. Технология Программы**

Численный состав объединений определяется в соответствии с психолого-педагогической целесообразностью вида деятельности; расписание занятий составляется с учетом интересов и возможностей детей в режиме дня в вечернее время; продолжительность занятий устанавливается исходя из образовательных задач, психофизической целесообразности, санитарно-гигиенических норм.

Особенности организации детей определены направленностью, функциями плана работы.

Организуя работу в рамках дополнительного образования, педагоги учитывают:

- интересы детей к выбору кружка, секции, досуговых мероприятий;
- добровольность выбора их детьми;
- возрастные особенности детей;
- имеющийся у них опыт участия и такого рода занятиях;
- решение воспитательных и образовательных задач в единстве с основной образовательной программой дошкольного образования;
- ведущий вид деятельности, и выстраивание на его основе содержания дополнительного образования;
- создание комфортной обстановки, способствующей развитию свободной творческой личности;
- нормы нагрузки на ребенка.

Занятия могут проводиться в групповой комнате или в специально оборудованном помещении детского сада. Занятия хореографией организуют в музыкальном зале. Формы работы должны быть подвижными, разнообразными и меняться в зависимости от поставленных задач.

Программа предполагает широкое использование иллюстративного, демонстрационного материала; использование методических пособий, дидактических игр и пр., являющихся мотивацией детского творчества и итогом работы педагога. (Кроме того, детские достижения - это не только творчество ребенка, но и информация для родителей.)

Программа предполагает систематическую работу в виде занятий в каждой возрастной группе согласно заявлений родителей, с подгруппой детей от 8 до 12 человек, проводимого 2 раза в неделю.

Программа может быть использована как в системе дошкольного образования (кружковая, клубная работа), так и в учреждениях дополнительного образования.

#### **Условия для занятий:**

1. Проходят в оборудованном помещении.
2. Подбор традиционного и нетрадиционного материала и инструментов для творческой деятельности детей.
3. Систематизация литературно-художественного материала: стихи, загадки, пословицы, поговорки - с целью активизации деятельности детей, расширения представлений об окружающем.
4. Изготовление разнообразных театров, игр для подготовки руки к работе, расслабления, укрепления мелких мышц руки.

5. Составление фонотеки - подбор классических произведений, детского репертуара для музыкального фона, сопровождающего творческую деятельность детей, (хороводы, песенный репертуар в соответствии с разработанными темами).

6. Подбор развивающих, релаксационных, подвижных игр.

7. Непрерывность, т.е. последовательность цепи учебных задач на протяжении всего процесса овладения творческими умениями и навыками.

В проведении кружковой работы используются разнообразные методы и приемы работы с дошкольниками: детям предоставляется больше свободы и самостоятельной творческой инициативы при доброжелательном и компетентном участии взрослых. Такие методы как игровые, исследовательские, творческие задания, экспериментирование помогают детям творчески реализовываться.

Отслеживание результатов дополнительного образования детей проводится по следующим показателям:

- результативность работы кружка – целевые ориентиры;
- участие в отчетных концертах, конкурсах творчества;
- создание банка достижений каждого кружка.

Результат будет качественным, если он соответствует поставленным целям, содержанию, формам организации деятельности и обеспечен необходимым оборудованием и пособиями.

#### **Формы занятий**

- |             |               |
|-------------|---------------|
| • Одиночные | • Ансамблевые |
| • Парные    | • Смешанные   |
| • Групповые |               |

#### **Приемы хореографического обучения**

- Устное разъяснение
- Показ педагогом
- Выполнение упражнений

Энтони Хопкинс утверждал, что жизнь есть хореография. Сегодня обществу нужны люди с разносторонним образованием, динамичные, предприимчивые, мобильные, ответственные, отличающиеся конструктивностью. Все эти качества развивают систематические занятия танцами. Хореография – это очень красиво, а хореография для детей – это еще и умирительно. У детей, занимающихся хореографией, формируется умение передавать услышанные образы в пластике.

Занятия хореографией от детей требуют усердия и упорства. Детей знакомят с жанрами хореографии. Программа позволяет детям самовыражаться посредством пластических импровизированных движений. Присутствие родителей на концертах их детей, усиливает воспитательный момент, присутствующий в этих занятиях.

Хореография относится к оздоровительным видам гимнастики, главное назначение которых состоит в том, чтобы укреплять здоровье человека, поддерживать на высоком уровне его физическую и умственную работоспособность.

В методической литературе дается большое количество определений хореографии, отражающих специфику этого вида физкультурно-музыкальной деятельности.

Хореография - это общедоступный, высокоэффективный, эмоциональный вид оздоровительной работы, её эффективность заключается в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы организма человека. Эмоциональность занятий объясняется не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образными, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников.

На занятиях используются хореографические упражнения с элементами характерных танцев (подъемы на полупальцы, полуприседы, приседы, наклоны, махи и др.);

- упражнения на растягивание (нога на опоре - наклоны, приседания и др.);
- упражнение на укрепление различных мышечных групп в положении стоя у опоры (сгибание - разгибание, отведение - приведение, круговые вращения ног, приседания, наклоны и др.);
- упражнение на расслабление, в висе, взмахи ногами, раскачивания и др.

Танцевальные упражнения очень многообразны, к ним относятся танцевальные шаги, связки, элементы танцев народов мира, современных спортивных танцев, историко - бытовых, эстрадных, ритмических танцев и хореографические упражнения.

Танцевальные упражнения разучивают предварительно по отдельным движениям, элементам и только затем выполняют в комбинациях, танцевальных комплексах, танцах.

Используются простые упражнения хореографии - то основные позиции рук и ног, наклоны и повороты туловища, способствующие формированию правильной осанки, культуры движений.

Плавные, волнообразные движения различными звеньями тела применяются в процессе ходьбы, бега, танцевальных шагов, в седах и упорах. Пружинные движения выполняются руками, ногами и туловищем как на месте, так и в движении. Наиболее простые взмахи и «волны» используются как отдельно, так и в сочетании с другими упражнениями с целью развития у занимающихся способности соразмерять движения по мышечному усилию, сочетать напряжение и расслабление отдельных групп мышц.

Упражнения с предметами, помимо общего воздействия на занимающихся, могут быть использованы для развития тонкой координации движений, ловкости пальцев рук и повышения проприоцептивной чувствительности, которые необходимы дошкольникам для овладения навыками письма и несложными бытовыми и трудовыми двигательными действиями.

Музыкальное обеспечение занятий заключается в особой роли музыки при исполнении упражнений и обучении им. Музыкальное сопровождение на занятиях служит одним из основных моментов, с помощью которых значительно упрощается организационный процесс, повышается эмоциональное состояние занимающихся, проявляется больший интерес к занятиям, сохраняется высокая работоспособность на протяжении всего занятия.

Музыкальное произведение наряду с командой и показом является дополнительным раздражителем. Музыка, сочетающаяся с тем или иным движением, становится «возбудителем» этого движения и облегчает его выполнение.

В процессе занятий с музыкальным сопровождением наряду с задачами общего физического развития, оздоровления, решаются задачи эстетического воспитания. Музыка, хорошо подобранная к движениям, помогает занимающимся закреплять мышечное чувство, а слуховым анализаторам постепенно воспитывает музыкальную память, закрепляет привычку двигаться ритмично, красиво. Овладевая новыми, все более сложными музыкальными движениями, занимающиеся стремятся соразмерять их во времени и пространстве, подчинять ритмическому рисунку, требованиям пластики и внешней выразительности. Умелое и выразительное выполнение движений под музыку приносит человеку удовлетворение, радость.

Эффективность занятий хореографией в большой степени зависит от умения преподавателя проводить различные виды упражнений с музыкальным сопровождением, привлекать внимание занимающихся к точным, красивым, выразительным движениям. Это определяет необходимость соответствующей подготовки преподавателя и требует знания основ музыкальной грамоты.

Содержание музыки передается совокупностью средств музыкальной выразительности. К ним относятся: мелодия, темп, динамические оттенки, ритм, размер, структура музыкального произведения.

Мелодия является важнейшей основой музыкального сопровождения. В ней воплощаются различные образы и состояния. Разнообразие мелодии передается направлением мелодических рисунков, которые условно делятся на восходящий, нисходящий, волнообразный и ровный. При выполнении упражнений непременно учитывается направление мелодии.

Различные виды мелодического рисунка воспроизводятся движением рук: поднимая их на восходящую мелодию и опуская на нисходящую, или движением всего тела, например: на восходящую мелодию из упора присев встать на носки, руки вверх; на нисходящую мелодию - принять упор присев. На волнообразный мелодический рисунок следует переходить из высокого положения в низкое и обратно: поднимая и опуская руки, голову, туловище или все тело. Кроме того, особого внимания требует характер исполнения музыкального произведения: слитно или отрывисто.

Слитное исполнение используется при выполнении плавных, широких, волнообразных движений; отрывистое - при выполнении резких, коротких движений. Правильно подобранная

мелодия, грамотное ее слияние с выполняемыми упражнениями способствует лучшей усвояемости изучаемых упражнений и связи их с музыкой.

**Темп** - это скорость исполнения музыкального произведения. Он может быть медленным, умеренным и быстрым. *Медленный* темп применяется для сопровождения движений, выполняемых с большой амплитудой, для статических (силовых) упражнений и при обучении новым упражнениям. *Быстрый* темп нужен для движений, выполняемых с небольшой амплитудой: бег, подскоки и др. *Умеренный* темп используется для сопровождения большинства общеразвивающих, танцевальных, прикладных упражнений.

Для овладения движением под разный музыкальный темп (медленный, умеренный, быстрый) обучаемые должны уметь его различать, а затем выполнить упражнение в соответствии с заданным темпом. Такими упражнениями могут быть: ходьба и бег в различном темпе, переход с шага на бег и обратно, общеразвивающие упражнения, чередование выполнения одного и того же упражнения на четыре, два или один счет, использование специальных музыкальных игр и танцевальных шагов под музыкальное сопровождение в различном темпе. Эти упражнения можно выполнить не только под музыку, но и под бубен, треугольник, палочки, хлопки.

**Динамика** в переводе с греческого означает «сила». Все, что касается силы, громкости звучания, относится к динамическим оттенкам музыки. Динамические оттенки музыкального сопровождения занятий включают в себя громкое и тихое звучание, постепенное усиление или ослабление силы звука, динамические акценты. Громкого звучания требуют все движения, выполняемые с большим мышечным напряжением. Под тихое звучание выполняются плавные, волнообразные движения, ходьба на носках и др. Постепенное усиление или уменьшение громкости звучания соответствует движениям, выполняемым с постепенным изменением мышечных напряжений.

**Ритм** - это организованная последовательность длительностей звуков. Они бывают различной длительности и обозначаются нотными знаками. За единицу измерения принята целая нота. Она длится четыре счета. Остальные ноты ее доли: половина, четверть, восьмая, шестнадцатая и т.д. В музыке очень редко встречается ритм, состоящий из звуков одинаковой длительности. Организованное сочетание длительностей звуков называется *ритмическим рисунком*. Его можно воспроизвести движениями (хлопками, притопами, шагами, и др.).

**Музыкальный размер** - это метр, доля которого выражена определенной ритмической единицей. *Метр* - так принято называть чередование сильных и слабых долей через равные промежутки времени (через одну или две слабые доли).

Метр организует звуки во времени. Музыкальный размер обозначается в виде дроби. Цифра, стоящая в числителе дроби, указывает на количество долей в каждом метре (такте). Знаменатель дроби обозначает длительность этих долей, т.е. ритм. Для занятий гимнастикой наиболее удобны музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4. При выполнении общеразвивающих упражнений подсчет ведется только по сильным долям, а при марше и танцевальных шагах – по сильным и слабым. Например, 2/4 - две доли (сильная и слабая), 3/4 – три доли (сильная и две слабые), 4/4 - четыре доли (первая и третья - сильные, вторая и четвертая - слабые). Полька, галоп и т.п. относятся к музыкальному размеру 2/4, вальс, мазурка - 3/4, марши - 4/4. Размеры 4/4 и 6/8 называются сложными, так как в них кроме метрического акцента есть еще одна сильная доля.

С целью закрепления восприятия музыкального размера выделяют сильные (акцентированные) и слабые (неакцентированные) доли такта. Это делается посредством хлопков, притопов, акцентированной ходьбы, сочетания хлопков с ходьбой. Так, при музыкальном размере 4/4 (марш) можно выполнить хлопки под 1 и 3 счет, то же под 2 и 4 счет, то же в ходьбе на месте и в движении.

Вместо хлопков можно сделать удары ногой (притоп) или под 1 счет - хлопок, под 3 счет - удар ногой и другие сочетания движений. Упражнение можно усложнить различными движениями головой, руками, ногами и туловищем. Хорошим упражнением является тактирование (дирижирование) на 2/4, 4/4, 3/4.

Тактирование на 2/4. И.п. - стойка руки вверх, 1 - руки с акцентом вниз, 2 - руки вверх.

Тактирование на 3/4. И.п. - стойка руки вверх, 1 - руки с акцентом вниз, 2 - руки в стороны, 3 - руки вверх.

Тактирование на 4/4. И.п. - стойка руки вверх, 1 - руки с акцентом вниз, 2 - руки скрестно перед грудью, 3 - руки с небольшим акцентом в стороны, 4 - руки вверх.

При тактировании руки выполняют свободные движения по неполной амплитуде. Тактировать можно при выполнении различных видов ходьбы, бега, общеразвивающих упражнений, танцевальных шагов и др.

Структура музыкального произведения представляет собой единое целое и в то же самое время подразделяется на связанные между собой части: период, предложения, фразы и такты. Период - это наиболее крупная часть музыкального произведения, имеющая устойчивую концовку. С окончанием периода в движении делается остановка, а в массовых выступлениях производится перестроение или смена движения. Период чаще всего состоит из двух предложений, первое из них является незавершенным, второе - завершенным. Музыкальные предложения делятся на фразы, а фразы - на такты. Чаще всего фраза состоит из четырех тактов. Музыкальные фразы из пяти или шести тактов неудобны для сопровождения упражнений, так как завершение движения не совпадает с окончанием музыкальной фразы.

Применять их не рекомендуется. Движения, как правило, составляются на 4 счета и повторяются 2, 4, 8 и т.д. раз.

Для хореографа важно правильно подавать команды соответственно построению музыкального произведения. Все команды подаются в зависимости от того, как построен музыкальный период. Если период состоит из четырех музыкальных фраз, исполнительную часть команды нужно давать на четные фразы, причем лучше не на 2-ю, а на 4-ю (когда музыкальная мысль закончена).

При подборе музыкального произведения учитываются возраст и подготовленность занимающихся. Для дошкольников рекомендуются музыкальные произведения с простой мелодией и четким ритмом.

Содержание музыкальных произведений может быть самым разнообразным: веселым, лирическим, торжественным, героическим и т.д. Для сопровождения упражнений музыка скорбного, меланхолического, упаднического характера не рекомендуется, так как отрицательно влияет на эмоциональное состояние занимающихся. Не рекомендуется использовать также большие по объему и сложные по содержанию произведения.

Наиболее распространенными музыкальными произведениями на занятиях ритмической гимнастики являются песни и танцевальные мелодии. Они должны быть разнообразны. Длительное применение одних и тех же музыкальных произведений на протяжении многих занятий снижает внимание и интерес к ним. Кроме того, необходимо, чтобы музыкальное сопровождение нравилось большинству занимающихся и соответствовало их музыкальным вкусам.

## **7. Структура и построение занятия**

Занятия составляются согласно педагогическим принципам, по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям, физическим возможностям занимающихся и решают в единстве задачи оздоровления, обучения и воспитания.

Упражнения в ходе занятия распределяются согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Все занятия составляют единую систему обучения и отвечают современным требованиям технологии построения и проведения занятий.

Каждое занятие состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Переходы от одной части занятия к другой мягкие, незаметные.

Продолжительность частей может быть разная; это зависит от задач, специфики выбранных упражнений, особенностей занимающихся и других факторов.

Продолжительность подготовительной части составляет 15-25%, основной части - 70-80%, а заключительной - 5-10% от общего времени занятия.

Для детей средней группы - не более 20 минут, для старших не более 25 минут, для детей подготовительной к школе группы - не более 30 минут.

В основе построения занятия лежит цель, которая реализуется путем постановки конкретных задач. От постановки цели и задач зависит выбор средств для данного занятия, который по своему содержанию должен быть построен методически грамотно, соответствовать определенному контингенту занимающихся, их возрасту, полу, физическому развитию и физической подготовленности. При подборе упражнений необходимо определить последовательность их

выполнения в цепочке упражнений. Затем цепочки упражнений соединить в серии-блоки, определить их количество и соразмеренность в частях занятия, чтобы наилучшим образом решать его общие и частные задачи. Физические упражнения в таких сериях имеют характер завершенной композиции и оказывают определенное воздействие на занимающихся.

Серии упражнений в частях занятий располагаются согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Разные звенья тела включаются в работу последовательно, а их интенсивное выполнение чередуется с отдыхом. Упражнения силового характера и упражнения на выносливость сочетаются с упражнениями в расслаблении и растягивании, они должны оказывать разностороннее воздействие на занимающихся.

Решающим в построении занятия является определение взаимосвязанной последовательности действий педагога и занимающихся при решении каждой педагогической задачи, применении каждого упражнения, определении методов и методических приемов организации, используемых в процессе проведения занятия.

Таким образом, в каждом занятии осуществляется единство содержательного, методического и организационного компонентов. Нарушение этого единства приведет к снижению эффективности занятия и поставит под сомнение возможность решения педагогических задач.

### **Подготовительная часть занятия**

В соответствии с общепринятым положением теории и методики физического воспитания, в подготовительной части занятия с использованием упражнений ритмической гимнастики решаются следующие задачи:

- Подготовка центральной нервной системы и вегетативных функций организма к работе, повышение восприимчивости к музыкальному сопровождению, психологический, эмоциональный настрой на занятие, сосредоточение внимания и организация занимающихся.
- Подготовка опорно-двигательного аппарата (мышц, связок, суставов) к предстоящей работе.

Для решения поставленных задач подбираются средства, соответствующие постепенному повышению нагрузки, связанной с переходом на более высокий уровень функционирования организма так, чтобы перестройка его протекала без перегрузки. При этом равномерно увеличивается частота сердечных сокращений, повышается температура тела, учащается дыхание, усиливается приток крови к мышцам, мышцы и связки становятся эластичнее, увеличивается подвижность суставов. В работу последовательно включаются вначале мелкие, а затем все более крупные группы мышц, постепенно повышается темп выполнения движений, их амплитуда, а также увеличивается длительность выполнения каждого упражнения.

Чтобы создать соответствующий настрой на все занятие, подготовительную часть сопровождает ритмичная, улучшающая настроение музыка. Музыкальное сопровождение поднимает настроение занимающихся, вносит в выполняемую работу элементы привлекательности, комфорта, повышает интерес к выполнению упражнений. В этой части занятия применяются две или три серии, составленные из простых, доступных по выполнению упражнений.

### **Основная часть занятия**

Задачи этой части занятия направлены на:

- Формирование знаний, двигательных умений и навыков.
- Развитие двигательных способностей (силы, гибкости, ловкости, выносливости, быстроты и др.).
- Повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма.
- Достижение оптимального уровня частоты сердечных сокращений (ЧСС).
- Повышение расхода калорий при выполнении специальных упражнений.
- Повышение интереса к занятию средствами активизации эмоционального состояния занимающихся и удовлетворенности от него.

В основную часть занятия могут входить любые серии (от трех до пяти) упражнений ритмической гимнастики, которые способствуют эффективному решению этих задач.

Упражнения, из которых составляется та или иная серия, должны быть различны по характеру: силовые, аэробные для развития координационных способностей, на расслабление и

растягивание. Все они могут выполняться в различных исходных положениях, с различной скоростью и амплитудой, с предметами и без них.

Музыка для основной части занятия подбирается с четким ритмом и подчеркнутым акцентированием сильных долей такта, ясно выраженным пульсом мелодии. Сильные доли в музыкальном произведении подсознательно связываются у занимающихся с нарастанием мышечного усилия и выдохом, а слабые - с ослаблением мышечного усилия и вдохом. Музыкальный темп подбирается в зависимости от темпа работы, а ритмический рисунок соответствует динамике выполнения движений. Содержание музыкального сопровождения зависит от педагогических задач занятия, специфики изучаемого материала и особенностей двигательной деятельности детей.

В основной части занятия происходит обучение новым элементам, связкам, танцам, а также повторение и совершенствование пройденного материала.

Поэтому структура занятия может иметь разные варианты. В зависимости от темы занятия содержание и длительность серий-блоков может меняться. Так, например, отсутствовать силовая серия (или аэробная) и за счет этого удлиняются другие и наоборот.

**Заключительная часть.** В ней обеспечивается плавное, целенаправленное снижение физической и эмоциональной активности занимающихся, способствующее созданию благоприятных условий для протекания восстановительных процессов в организме, и переходу к последующей деятельности. Продолжительность этой части зависит от основных задач занятия и длится от 3 до 5 минут.

Заключительная часть может состоять от одной до трех серий упражнений.

Упражнения, входящие в заключительную часть разнообразны, доступны, просты, не требуют от занимающихся особого внимания и напряжения сил, выполняются в спокойном темпе. К первой серии могут относиться успокаивающие упражнения: в расслаблении (посегментные расслабления, элементы релаксационной ритмической гимнастики), встряхивания, массирующие движения, приемы самомассажа, дыхательные упражнения и др. Эти упражнения в основном используются после большой, интенсивной нагрузки основной части занятия.

Вторую серию упражнений составляют отвлекающие упражнения, здесь используются позы йоги (асаны), элементы стретчинга, приемы психорегулирующей тренировки. Эта серия упражнений используется, когда необходимо сосредоточиться, сконцентрировать внимание на своих внутренних ощущениях, способствует раскованности, расслаблению и др.

Третья серия упражнений заключительной части способствует повышению эмоционального состояния занимающихся. К ней относятся несложные танцевальные упражнения, полюбившиеся танцы; различные виды ходьбы с хлопками, притопами и др., а для детей среднего дошкольного возраста музыкальные подвижные игры.

Музыкальное сопровождение к проведению этой части подбирается соответственно характеру выполняемых упражнений. В основном это успокаивающие, лирические мелодии, характеризующиеся медленным темпом, тихим и умеренным звучанием. Можно использовать записи естественных звуков природы: шума листвы, пения птиц, шума моря и т.д.

### **Заключение**

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного, физического и эстетического развития ребёнка, формируется его личность. Эстетическое воспитание личности происходит с первых шагов маленького человека, с первых его слов, поступков. Именно окружающая среда, откладывает в душе ребенка отпечаток на всю жизнь. Незаменимым средством формирования духовного мира детей является искусство. Хореография - пробуждает у детей дошкольного возраста эмоционально-творческое начало. Формирование творческой личности существенно для эмоционального и для эстетического развития ребенка. При творческой деятельности активизируется восприятие, выразительность исполнения, оценочное отношение к своей продукции, что оказывает большое влияние на становление личности ребенка. В наше не простое и жестокое время очень важно воспитать маленького человека, способного сопереживать, сочувствовать другим людям, животным, прививать ему чувство такта, воспитать культурного, полноценного члена общества. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития, импровизации.

Сегодня «развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия, способны к сотрудничеству, отличаются мобильностью, динамизмом, конструктивностью, обладают развитым чувством ответственности за судьбу страны» (из «Концепция модернизации Российского образования»).

Сотрудничество, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий по танцевальным программам и хореографией.

Таким образом, данная программа может занять более прочное место в образовательном процессе учреждения. Она позволяет решать многие проблемы эффективного развития ребенка, т. к. сориентирована на его индивидуальные особенности и позволяет определить перспективы его личностного развития.

Программа может оказать помощь педагогам и руководителям учреждений, в организации дополнительного образования в учреждении.

|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|----------------|---------------------------|--|--|----------|----------|--------|-------|-----|--|
| Направленность | Группа                    |  |  | Сред. гр | Стар. гр |        |       |     |  |
|                | Возраст                   |  |  | 4-5 лет  | 5-6 лет  |        |       |     |  |
|                | Продолжительность занятия |  |  | 20 мин.  | 25 мин.  |        |       |     |  |
|                | Совместная деятельность   |  |  | Неделя   | Месяц    | Неделя | Месяц | Год |  |
| 1              | 3                         |  |  | 2        |          |        |       |     |  |
| Художественная |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                |                           |  |  |          |          |        |       |     |  |
|                | Всего                     |  |  |          |          |        |       |     |  |

8. Учебный план:

9. Примерное тематическое планирование занятий хореографией по возрастным группам

|          |                                                          |                    |                          |
|----------|----------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------|
|          | Средняя                                                  | Старший            | Подготовительная к школе |
| Сентябрь | Подготовка к деятельности. Азбука музыкального движения. |                    |                          |
|          | Ежемесячная репетиционно - постановочная работа          |                    |                          |
| Октябрь  | Приглашение                                              | Осенний вальс      | Вальс                    |
| Ноябрь   | Неваляшки                                                | Гаданье на ромашке | Рок-н-ролл               |

|         |                                       |                  |                    |
|---------|---------------------------------------|------------------|--------------------|
| Декабрь | Топни ножка моя                       | Снежинки         | Снежинки           |
| Январь  | Снежинки                              | Плакали зверюшки | Замела метелица    |
| Февраль | Петрушки                              | Робот            | Морячка            |
| Март    | Божья коровка                         | Подарок маме     | Хорошее настроение |
| Апрель  | Есть друзья // (Дружба это не работа) | Макарена         |                    |
| Май     | Танец с султанчиками                  | Лето             | Аист на крыше      |

### 10. Варианты упражнений для занятий:

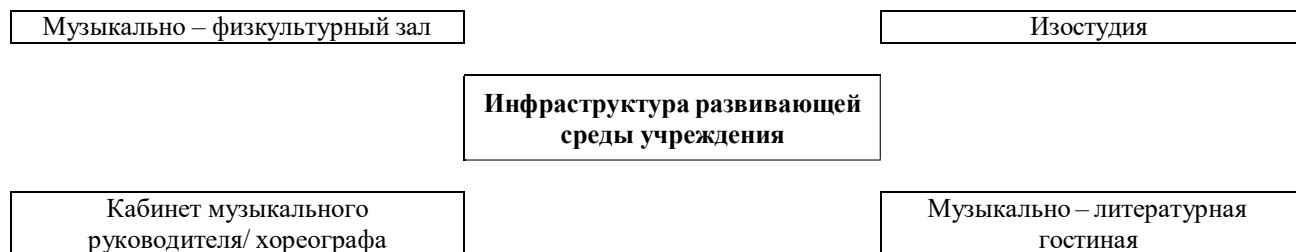
| Партерная гимнастика                                                              | Играя - танцуем     | Основные танцевальные движения                                             | Репетиционно - постановочная работа |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Слушание музыки, определение ее темпа, характера, настроения.                     | «Гнездо журавля»    | Упражнение для развития выворотности стоп «Хвост русалочки»                |                                     |
| Разучивание поклона.                                                              | «Аленький цветочек» | «Упражнение складочка»                                                     |                                     |
| Виды шагов.                                                                       | «Жук ЖУ-ЖУ »        | «Упражнение складочка» по 6 позиции ног.                                   |                                     |
| Изучение музыкального размера 2\4, выделение сильной доли.                        | «Мышка»             | Упражнение «широкая складочка»                                             |                                     |
| Ритмические комбинации на хлопки и притопы.                                       | «Река и рыбки»      | Упражнение «лягушка»                                                       |                                     |
| «Разминка»                                                                        | «Синий краб»        | Упражнение «лягушка» лежа на животе.                                       |                                     |
| Работа стоп:                                                                      | «Кошечка»           | Упражнение «лягушка» лежа на спине.                                        |                                     |
| Различные положения стоп – выворотные и не выворотные, для голеностопа – «уточки» | «Нежный ветерок»    | Упражнения для мышц пресса.                                                |                                     |
| Работа стоп к себе и от себя, из 6 позиции в 1 позицию, круговые движения.        | «Березка»           | Упражнения для мышц пресса «уголок»                                        |                                     |
| Упражнения для тазобедренной выворотности «бабочка».                              | «Змейка»            | Упражнения для мышц пресса «велосипед»                                     |                                     |
| Упражнения для укрепления мышц спины и подвижности позвоночника.                  | «Кошечка»           | Упражнения для боковых и брюшных мышц пресса «ванька-встанька»             |                                     |
| Марш                                                                              | «Цыплята»           | Упражнения для укрепления мышц спины и подвижности позвоночника.           |                                     |
| Марш с носка                                                                      | «Мячик укатился»    | Упражнения для укрепления мышц спины «лодочка»                             |                                     |
| Марш с пятки                                                                      | «На море»           | Упражнение для гибкости и подвижности позвоночника «перекат»               |                                     |
| Марш с высоко поднятыми коленями.                                                 | «Кошки мышки»       | Упражнение «колечко» на развитие гибкости поясничного отдела позвоночника. |                                     |
| Бег                                                                               | «После дождя»       | Шпагат.                                                                    |                                     |

|                                    |                                   |                                |
|------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| Бег с отведением ног назад         | «Пушинка»                         | Положение рук                  |
| Бег с подниманием коленей в перед. | «Бесконечная сказка»              | Положение рук ( 1,2,3.)        |
| Подскоки на месте.                 | «Веселый паровозик»               | В парном танце.                |
| Голоп                              | «Куколка»                         | Марш                           |
| Прямой                             | «Шаг польки»                      | Марш на полупальцах.           |
| Боковой                            | Вальсовая дорожка.                | Бег вытянутыми в перед ногами. |
| Голоп в повороте                   | Притопы                           | Подскоки                       |
| Притопы                            | Притопы тройные.                  | Подскоки с продвижением        |
| Притопы одинарные                  | «Гармошка»                        | В повороте.                    |
| Ковырялочка простая                | «Ковырялочка» с двойным притопом. | Подскоки с продвижением назад. |
| Ёлочка.                            |                                   |                                |

### 11. Материально – техническое обеспечение

- соответствие санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- соответствие правилам пожарной безопасности;
- средства обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- оснащённость помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- учебно-методический комплект, оборудование, оснащение

Для реализации программы поставленных задач в учреждении создается необходимая инфраструктура:



| Вид помещения,<br>функциональное использование                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Оснащение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Музыкально-физкультурный зал</b><br>- занятия хореографией<br>- занятия по музыкальному воспитанию<br>- физкультурные занятия<br>- индивидуальные занятия<br>- тематические досуги<br>- театрализованные представления<br>- развлечения<br>- праздники и утренники<br>- родительские собрания<br>- консультативные занятия с родителями и воспитателями | - спортивное оборудование<br>- библиотека методической литературы, сборники нот<br>- музыкальный центр<br>- пианино<br>- телевизор<br>- магнитофон<br>- DVD – проигрыватель<br>- подборка аудио- и видеокассет<br>- ширма для кукольного театра<br>- музыкальные инструменты для детей<br>- различные виды театров<br>- детские и взрослые костюмы<br>- детские стульчики<br>- занавес<br>- дистанционные микрофоны |

## 12. Обеспечение методическими материалами и средствами

### Методическое обеспечение образовательного процесса:

| № п/п | Наименование направленности ДОП | Автор, наименование, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных информационных ресурсов                                                                                    |
|-------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Художественная                  | Гогоберидзе А.Г. «Образовательная область «Музыка»»<br>Гогоберидзе А.Г. «Детство с музыкой»<br>Фирилёва Ж.Е. «Са – Фи – Дансе. Танцевально - игровая гимнастика в детском саду»<br>Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» |