

**ИП ЕФИМОВА НАТАЛЬЯ НИКОЛАЕВНА**

**НЕСКОЛА**

**NEW EDUCATION**

**ИНН 772771182328**

**ОГРНИП 321774600278626**

Утверждаю

Директор



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА**

**«Танцы»**

**НАПРАВЛЕННОСТЬ: СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНАЯ**

**Уровень: ознакомительный.**

**Возраст обучающихся: 3-6 лет**

**Срок реализации: 1 год**

Составитель:

Шмелева А.А.

педагог дополнительного образования

г.Москва 2022 года

## Оглавление

Раздел 1. Характеристика дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	3
1.1. Направленность Программы.....	3
1.2. Уровень освоения Программы.....	3
1.3. Актуальность и педагогическая целесообразность Программы .....	3
1.4 Отличительные особенности Программы.....	3
Раздел 2. Цель и задачи Программы.....	4
2.1 Цель Программы .....	4
2.2 Задачи программы.....	4
Раздел 3. Категория учащихся.....	5
Раздел 4. Срок реализации Программы, общее количество часов .....	5
Раздел 5. Формы организации деятельности и режим занятий.....	5
5.1 Формы организации образовательной деятельности.....	5
5.2 Режим занятий.....	5
5.3 Календарный учебный график.....	6
Раздел 6. Планируемые результаты освоения Программы.....	6
Раздел 7. Содержание Программы.....	8
7.1 Учебный (тематический) план.....	9
7.2 Содержание учебного (тематического) плана.....	9
Раздел 8. Формы и виды контроля и оценочные материалы.....	15
Раздел 9. Организационно-педагогические условия реализации Программы.....	18
10. Список литературы.....	17

# **1. Характеристика дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

## **1.1. Направленность**

Программы «Танцы» разработана в соответствии с Федеральным законом РФ «Об образовании», ФГОС (приказ Министерства образования и науки РФ от 01.01.14г. января, действующим СанПиН 2.4.1.3049-13 для дошкольных образовательных учреждений «Санитарно–эпидемиологические правила и нормативы к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях», Письмом Минобрнауки России от 18.06.2003 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей».

## **1.2. Уровень освоения Программы: ознакомительный**

## **1.3. Актуальность и педагогическая целесообразность Программы:**

Танцы – это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми.

## **1.4. Отличительные особенности Программы:**

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм. Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к

организации и содержанию к учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей. Учебная программа реализуется посредством основной общеобразовательной программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» /под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой/, технологией по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, дополнительной парциальной программой по хореографии для детей дошкольного возраста «Прекрасный мир танца» О.Н. Калининой.

## **2. Цель и задачи Программы**

**2.1. Цель программы** – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

### **2.2. Задачи Программы:**

Обучить детей танцевальным движениям. Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями. Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

#### **Воспитательные:**

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

#### **Развивающие:**

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

### **Оздоровительные:**

- укрепление здоровья детей.

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

### **3. Категория учащихся**

Адаптированная Программа «Танцы» предназначена для детей с нарушением двигательной активности.

### **4. Срок реализации Программы, общее количество часов**

Срок реализации Программы – 1 год (72 часа)

### **5. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий**

#### **5.1. Формы организации образовательной деятельности:**

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав не более 15 человек.

#### **5.2. Режим занятий:**

Занятия проводятся два раза в неделю, не менее 8 занятий в месяц. Количество часов в год-72 часа.

#### **5.3 Календарный учебный график 2022-2023 учебный год**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов (в год)	Режим занятий
1 год	Сентябрь	Май	36	72	2 часа в неделю

## 6. Планируемые результаты освоения Программы

В результате реализации данной образовательной программы дети должны знать:

- виды танцев (классический, народный, бальный);
- танцевальную терминологию (поклон – книксен, реверанс, позиции ног и рук классического танца и т.д.);
- музыкальные жанры (песня, танец, марш).
- назначения отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. взаимосвязь движения, ритма и музыки;
- название основных музыкально-ритмических движений и их элементов
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- правила сценического поведения.

Дети должны уметь: овладеть правилами поведения в музыкальном зале, умением ориентироваться в нем, выполнять простейшие построения и перестроения и комплексы упражнений под музыку; освоить определенный запас общеразвивающих танцевальных упражнений; красиво, выразительно и ритмично двигаться в различных танцевальных темпах, передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок и выражать характер танцевального персонажа под музыку (веселый, грустный, лирический, героический и др.); импровизировать на любую тему под различное музыкальное сопровождение; дети без подсказки должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации; понимать и различать музыкальные размеры и ритмы; определять и использовать основные рисунки, направления в движении; исполнять этюды,

танцевальные композиции и танцы; исполнять упражнения партерного экзерсиса; красиво и правильно исполнять двигательные элементы; быстро и чётко реагировать на замечания педагога; координировать движения.

### **Результаты обучения**

По окончании первого года обучения, учащиеся будут:

Коллективно-порядковые навыки и умения: строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку; занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах); равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу; выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»; выполнять бег: легкий и стремительный; ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий; ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Музыкально-ритмические навыки и умения: упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением; передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года; передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз; самостоятельно начинать движения после вступления; менять движения со сменой частей, музыкальных фраз; выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки), согласовывая их с характером музыки. Навыки и умения выразительного движения: творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, импровизациях, играх; бегать с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка; двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами; бегать на полу пальцах; внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением; узнавать плясовые движения по мелодии; выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно менять их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения; выполнять танцевальные

движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах, мальчики – присядки, хлопушки; ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга в рассыпную и обратно, подскоки; выполнять элементы классического и народно-сценического урока; выполнять элементы польки, русской пляски; русский народный танец «У завалинки»; «Полька»; хореографические композиции: «Птичий двор», «Зимняя сказка», «Буратино». выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, цветами); инсценировать хороводы; приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»).

### **Результаты воспитывающей деятельности**

Главный ожидаемый результат у детей: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия танцами после освоения программы.

## **7. Содержание Программы**

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-хореографические занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретической дисциплиной: беседы о хореографическом искусстве, о дыхании в хореографии, об актёрском мастерстве и о танцевальных жанрах.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, рассказы, беседы, объяснения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

### 7.1 Учебный (тематический) план. 1-й год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации (контроля)
1	Русский народный танец	15	3	12	беседа
2	Балет	19	6	13	беседа
3	Современный танец	9	2	7	беседа
4	Хореография	29	5	24	Беседа
	ИТОГО	72			

### 7.2. Содержание учебного (тематического) плана

Разделы	Месяц	Темы	Количество
<b>1. Знакомство с хореографией</b> <b>Цель:</b> познакомить детей с новым для них видом искусства – хореографией. Выявить подвижность шеи,	<b>Сентябрь</b>	1. Вводное занятие	1
		Тема: «Движение – это жизнь».	2
		2. Знакомство с детьми. Что такое танец? Основные правила поведения	1
		в танцевальном зале, правила техники	1
		безопасности. Постановка корпуса,	1
		рук,	1

<p>плечевых суставов, кистей рук, мышц голени и стопы, гибкости позвоночника, подвижности тазобедренных суставов.</p> <p><b>2. «Давайте познакомимся!»</b></p> <p><b>Цель:</b> познакомиться с детьми через музыкальные игры.</p> <p><b>3. «Танец Осени»</b></p> <p><b>Цель:</b> развивать чувство ритма у детей.</p> <p><b>4. «Праздник Осени»</b></p> <p><b>Цель:</b> создать праздничное настроение детей.</p>		<p>ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Познакомить с танцем;</li> <li>2. Разучить начало танца, позиции рук, ног;</li> <li>3. Закрепить изученные элементы;</li> <li>4. Продолжение работы с новыми движениями.</li> <li>5. Выступление детей с танцем.</li> </ol>	
<p><b>1.«Куклы неваляшки»</b></p> <p><b>Цель:</b> развивать чувство ритма, внимание, память. Учить ритмично выполнять различные виды ходьбы, воспитывать трудолюбие. Развивать пластичность, музыкальность, координацию движений</p> <p><b>2. «Мои любимые игры»</b></p> <p><b>Цель:</b> развивать чувство ритма, внимание, память.</p>	<p><b>Октябрь</b></p>	<p>Танцевальный этюд «Осень»;</p> <p>Познакомить с ритмопластикой</p> <p>Работа над ритмопластикой «Упражнения с лентами Вальс»;</p> <p>4. Игровой стретчинг;</p> <p>Игры «Здравствуйте», «Плетень», «Ловушки с лошадкой»</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>

<p><b>1. «Музыкальная шкатулка»</b>  <b>Цель:</b> приобретать новые и закрепить старые музыкально-ритмические навыки.</p> <p><b>2. «Неделя сочинялок» Цель:</b> подготовить детей для работы с инвентарем (Ленты, обручи)</p> <p><b>3. Танец «Снежные куклы»</b>  <b>Цель:</b> познакомить детей с танцем; развивать чувство ритма, внимание, память. Учить ритмично выполнять различные виды движений.</p> <p><b>4. Танец «Звездочки»</b>  Познакомить детей с танцем; Развивать чувство ритма, внимание, память. Учить ритмично выполнять различные виды движений.</p>	<p><b>Ноябрь</b></p>	<p>1. Танцевальный этюд «Снежинки» (повороты вокруг себя, приседания, полуприседания).</p> <p>2. Ритмопластика движения с лентами.</p> <p>3. Познакомить детей с танцем;</p> <p>4. Разучивание первых движений;</p> <p>5. Закрепление изученных движений;</p> <p>6. Продолжение работы над танцем;</p> <p>Закрепления танца с детьми.</p>	<p>2</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
--	----------------------	---	--

<p><b>1. «Безопасный мир детства»</b>  <b>Цель:</b> отмечать в движении музыкальные фразы, акценты, несложный ритмический рисунок.</p> <p><b>2. «Юные мастера»</b>  <b>Цель:</b> развивать чувство ритма, гибкость.</p> <p><b>3. «Танец Этот Новый год»</b>  <b>Цель:</b> познакомить детей с танцем, развивать чувство ритма.</p> <p><b>4. Новый год в саду.</b>  <b>Цель:</b> передать сказочное представления для детей, изобразить с детьми изученные танцы.</p>	<p><b>Декабрь</b></p>	<p>1. Упражнения на передачу ритмического рисунка. 1  Танец. этюд «За осенью зима приходит»; 2. 1  3 3  Ритмопластика для знакомства с танцем «Этот новый год»; 1  1  3. Работа над танцем;  4. Закрепления движений с детьми;  5. Праздник в саду.</p>	<p>1 1 1 3 1 1</p>
<p><b>1. «Активный образ жизни»</b>  <b>Цель:</b> Разучивание новых танцевальных движений.</p> <p><b>2. «Дружные ребята»</b>  <b>Цель:</b> развивать подвижность, красоту бега.</p> <p><b>3. Танец «Я морячка я рыбак»</b>  <b>Цель:</b> познакомить детей с танцем.</p>	<p><b>Январь</b></p>	<p>1. Танцевальный этюд «Необыкновенное чудо» 1  2. Ритмопластика и игровой стретчинг; 1  3 3  3. Знакомство с танцем; 1  4. Работа над танцевальными движениями;  5. Закрепление с детьми танец.</p>	<p>1 1 1 3 1</p>

<p><b>1. «Сильные, смелые, ловкие»</b>  <b>Цель:</b> развивать подвижность, гибкость, выносливость, память.</p> <p><b>2. «Дружные ребята»</b>  <b>Цель:</b> развивать чувство дружбы через музыкальные игры.</p> <p><b>3. «Жанры всякие важны»</b>  <b>Цель:</b> развивать растяжку ног, выворотность, гибкость всего тела.</p> <p><b>4. Танцы к 8 марта</b></p>	<p><b>Февраль</b></p>	<p>1. Ритмопластика, упражнения на гибкость;</p> <p>2. Повторения танца «Я моряка я рыбак»;</p> <p>3. Игровая деятельность через музыкальные игры;  Познакомить с танцами к 8 марта;</p> <p>4. Гимнастические упражнения. Игра «Самый ловкий»;</p> <p>5. Изучения танцевальных движений с детьми</p>	<p>1 1 2 1 3</p>
<p><b>1. «Я люблю свой детский сад»</b>  <b>Цель:</b> развивать чувство ритма у детей.</p> <p><b>2. Праздник в саду к 8 марта.</b>  <b>Цель:</b> создать праздничную атмосферу для детей и родителей, изобразить изученные танцы с детьми.</p> <p><b>3. «Я люблю танцевать»</b>  <b>Цель:</b> развивать чувство ритма, познакомить с султанчиками.</p> <p><b>4. «Творческая мастерская». Цель:</b> развивать творчество, умение выразительно действовать с воображаемым и предметами.</p>	<p><b>Март</b></p>	<p>1. Танцевальный этюд «Весенний вальс»  -совершенствовать переменный шаг, пружинящий шаг</p> <p>2. Повторения танцев к 8 марта.</p> <p>3. Праздник 8 марта.</p> <p>4. Ритмические фантазии: упр. с султанчиками, «Метелица».</p> <p>5. Портерная гимнастика</p> <p>6. Танцевальный Этюд «Вальс с цветами».</p>	<p>1 1 1 2 2 1</p>

<p><b>1. «Танец дружбы и лета»</b>  <b>Цель:</b> развивать чувство ритма, ориентации в пространстве.</p> <p><b>2. Танцевальный Этюд «Вальс с цветами».</b>  <b>Цель:</b> развивать творчество, умение выразительно действовать с воображаемыми предметами.</p> <p><b>3. «Такие разные виды спорта»</b>  <b>Цель:</b> учить детей придумывать движения, характерные какому-либо трудовому процессу и согласовывать это движение с музыкой.</p>	<p><b>Апрель</b></p>	<p>1. Этюд «танцевальные движения с лентами» 4 2 2</p> <p>2. Танцевальный этюд «Вальс с цветами». 2</p> <p>3. Танцевальный этюд «Пошла Млада за водой».</p>	<p>4 2 2</p>
<p><b>1. «Мир вокруг нас».</b>  <b>Цель:</b> развивать двигательную активность детей.</p> <p><b>2. Ритмические упражнения.</b>  <b>Цель:</b> развивать двигательную активность, развивать чувство ритма.</p> <p><b>3. Игровая деятельность.</b>  <b>Цель:</b> развивать двигательную активность.</p>	<p><b>Май</b></p>	<p>1. Разучивание с детьми музыкально-дидактической игры на определение жанры. 2 2 4</p> <p>2. Упражнение: «Цвет-настроение». Упражнение: «Птицы в гнездах».</p> <p>3. Игры «Солнышко»;</p> <p>4. Музыкально-дидактическая игра «Кто как идет?»;</p> <p>5. Игры и игровые задания</p> <p>6. «Музыкальные прятки»;</p> <p>7. Сюжетная музыкальная игра «Цветок»;</p>	<p>2 2 4</p>

		8. Сюжетная музыкальная игра «Катина кукла».	
--	--	---	--

## 8. Формы и виды контроля и оценочные материалы

Выступления перед детьми, взрослыми, участие в конкурсах, отчетный концерт в конце года.

### Виды контроля:

- предварительный контроль
- выступление перед младшими группами
- текущий контроль
- участие в конкурсах
- итоговый контроль
- отчетный концерт

### Формы и содержание итоговой аттестации:

- беседа
- отчетный концерт

### Требование к оценке творческой работы

- чистая интонация

-ритмическая точность

-артистизм

### **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Уровни освоения Программы	Результат
Высокий уровень освоения Программы	Учащиеся демонстрируют высокую заинтересованность в освоении материала. Чувствует ритм, хорошая гибкость, плавные движения
Средний уровень освоения Программы	Учащиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в освоении материала. Чувствует ритм
Низкий уровень освоения Программы	Учащиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в освоении материала.

## **9. Организационно-педагогические условия реализации Программы**

### **Материально-технические условия реализации Программы**

- дидактический материал;
- репродукции картин;
- видеоматериал по музыкальному искусству мира;
- атрибуты для занятий (для танца);
- музыкальный центр;

- музыкальные носители: диски, флеш-накопители;

## **Кадровое обеспечение Программы**

Программу реализует педагог дополнительного образования.

### **10. Литература**

Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999. –272с.

Каплунова И., Новоскольцева И., Алексеева И.. Ладушки. Топ-топ каблучок. Танцы в детском саду.- С.-Петербург.: «Композитор», 2000. –83с.

Леонов Б. Музыкальное ритмическое движение. – Минск, 1971.

Ритмика и танец. Программа. – М., 1980.

Руднева С., Фиш Э. Ритмика. – М.: Просвещение, 1972.

Тютюнникова Т. Движение и музыка! Дошкольное воспитание. –1997. - №8.

Шушкина З. Ритмика. – М.: Музыка, 1976

Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА - ФИ ДАНСЕ». Танцевально -игровая гимнастика для детей. - СПб.: «Детство - пресс»., 2001 г.

Бекина С. и др. «Музыка и движение», М., Просвещение, 1984 г.

«О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения». Письмо МО РФ от 14.03.2000 г. № 65/ 23-16

Основная программа Программа «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С Комаровой, М.А.Васильевой. 2014г.

«Эстетическое воспитание в детском саду» под ред. Н.А. Ветлугиной, М., 1989. Г.А.

Колодницкий - Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.

«Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» книга для воспитателя и музыкального руководителя детского сада Раевская Е.П. 3 издание, дораб. – М.: «Просвещение», 1991г.

«Танцевальная ритмика для детей № 1» Суворова Т.И. Учебное пособие – СПб.: «Музыкальная палитра», 2003г.

Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. А.: Учите детей танцевать.// Владос, 2004.

Конорова Е. В. :Методическое пособие по ритмике. // М. «Музыка», 1972.

