

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №122 «Солнечный лучик»  
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому развитию детей»  
города Чебоксары Чувашской Республики

Принято на заседании  
педагогического совета  
Протокол №6 от 25 августа 2020г.

Утверждена:  
Приказ МБДОУ «Детский сад №122»  
№ О-157 от 25 августа 2020 года

**Дополнительная общеразвивающая программа по  
художественной направленности «Ритм»  
для детей от 3 до 7 лет  
на 2020-2021 год**

Составитель: Долганова Ю.Е.

г. Чебоксары, 2020г.

**Программное содержание**

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2 Актуальность
- 1.3 Основные цели реализации программы по дополнительному образованию
- 1.4 Основные задачи реализации программы по дополнительному образованию
- 1.5 Ожидаемые результаты

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

- 2.1 Формы работы по реализации основных задач программы.
- 2.2 Цели и задачи возрастной категории от 3 до 7 лет.
- 2.3 Тематический план непосредственно-образовательной деятельности для детей от 3 -7 лет

## **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

- 3.1 Комплекс методического обеспечения музыкального образовательного процесса
- 3.2 Литература

## **I. Целевой раздел**

### **1.1 Пояснительная записка.**

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: литература, скульптура, народное творчество, живопись, хореография. Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, 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. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Занятия хореографией подходят как для подвижных детей, так и для детей, которым необходимо повысить мышечный тонус. Первые смогут направить на занятиях свою неуправляемую энергию в творческое русло, а вторые — максимально развить свои физические данные. Хореография в детском саду – это одно из любимейших детских занятий. Занятия проходят в игровой форме, где дети учатся перевоплощаться в животных и сказочных героев. На занятиях изучаются различные танцевальные стили, которые потом используются в постановке танца.

Таким образом, накапливается база движений, и формируются танцевальные навыки, которые становятся предпосылкой к импровизации и собственно умению танцевать. Большое внимание уделяется растяжке, развитию чувства ритма и координации движений, развитию музыкального слуха, гибкости и физической выносливости, а также приобретению актерских навыков и навыков художественной выразительности. Включены также упражнения, направленные на развитие памяти, внимания, приобретения актерских навыков для большей выразительности движений. Обучая детей хореографии во всем её разнообразии, основной задачей является создать атмосферу радости, хорошего настроения, привить интерес к хореографическому искусству, раскрыть его потенциал.

## **1.2 Актуальность**

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я», развивает всесторонне. Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир ребенка. Сотрудничество, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий хореографией.

### **1.3 Цель:**

Выявление, раскрытие и развитие хореографических способностей каждого ребёнка.

### **1.4.Задачи**

#### **Эстетические задачи:**

- Развивать музыкальный вкус и кругозор;
- Пробуждать интерес к музыке и исполнению элементов танцевальных движений;
- Формировать навыки музыкального восприятия в единстве с выразительным движением;

#### **Пластические задачи:**

- Развивать гибкость, пластичность, выразительность, точность движений;
- Развивать мышечную силу, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;
- Формирование навыков грациозности, изящества движений;
- Дать основы элементов классического, народного и современного танца.

#### **Оздоровительные задачи:**

- Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- Формировать правильную осанку;
- Содействовать профилактике плоскостопия;
- Содействовать развитию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой, нервной систем организма.

#### **Воспитательные задачи:**

- Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление доводить начатое дело до конца, понимать значение результатов своего творчества;
- Эмоционально раскрепостить ребенка;
- Учить оценивать свои поступки, чутко относиться к творчеству сверстников.
- Воспитывать умение работать в коллективе, радоваться успехам других.

### **1.5 Ожидаемые результаты:**

### **Первый год обучения** (дети 3-4 года)

Дети должны знать назначение музыкального зала и правила поведения в нем.

Уметь ориентироваться в зале. Выполнять простейшие построения и перестроения (шеренги, колонны, линии, круг).

Уметь выполнять ритмические танцы и комплексные упражнения под музыку.

Уметь хлопать и топать в такт музыке. Знать отдельные упражнения танцевально-ритмической гимнастики.

Уметь выполнять партерную гимнастику на полу;

Уметь ритмично двигаться под музыку в разных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знать основные танцевальные позиции ног (1, 2), рук (1, 2, подготовительная).

Уметь маршировать в различных ритмах (2/4, 3/4, 4/4) и образах (лошадка, лиса, заяц, олень, волк и др.). Развитие актерских способностей у детей.

Разучить основные элементы народного танца: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, шаг с притопом на месте, дробный шаг, полу присядка, хлопущки, шаг с каблочки.

Знать положение рук в народной пляске: «подбоченившись», руки отведены в стороны, ладонью вперед, кисть открыта.

Знать и выполнять элементы «Польки»: боковой галоп, па польки, подскоки, ритмические хлопки, шаг с плие;

### **Второй год обучения** (дети 4-5 лет)

Дети должны уметь ориентироваться в зале, строится в шеренги и колонны. Уметь выполнять ритмические танцы и комплексные упражнения под музыку. Уметь хлопать и топать в такт музыке.

Знать отдельные упражнения танцевально-ритмической гимнастики. Выполнять построения и перестроения. Уметь ритмично двигаться под музыку в разных темпах, передавать хлопками и притопами ритмический рисунок.

Знать элементы классического танца: позиции ног (1, 2, 5), рук (1, 2, 3, 4, подготовительная);

исполнять на середине зала: - demi plie (по 1 позиции); releve ( по 6 позиции),

перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu);

- реверанс для девочек, поклон для мальчиков.

Уметь маршировать в различных ритмах (2/4, 3/4, 4/4) и образах. Развитие актерских способностей у детей.

Выполнять движения с предметами: цветы, листочки, ленты.

Разучить народные танцы Поволжья. Разучивание бальных детских парных танцев: «Вальс», «Полька», «Менуэт». Выучить позиции рук в парах: «двойной пояс», «плетень», «стрелка».

Разучивание прыжков: на одной ноге «точка», «часики», на двух ногах «качалочка», «метелочка», *sothe* ( по 6 позиции);

Уметь выполнять партерную гимнастику на полу.

### **Третий год обучения (дети – 5-6 лет.)**

Дети должны овладеть навыками по различным видам передвижений по залу и приобрести определенный «запас» общеразвивающих и танцевальных движений.

Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический).

Уметь выполнять перестроение: из линии в круг, ходьбу змейкой с закручиванием в улитку, по диагонали, из круга в линии, перестроение в крест, полукруг, 2 и 4 круга.

Разучить элементы русского танца: дробный шаг, полуприседание с выставлением ноги на пятку, «ковырялочка», «качалочка», вращения.

Уметь импровизировать под знакомую музыку.

Разучить танцевальные элементы историко бытового танца: шаг с *plie*, выводом ноги в сторону, вперед, переход через 4 позицию, повороты в паре. Танец «Вальс», «Полонез».

Выполнять элементы современного танца на основе изученного материала. Уметь выполнять партерную гимнастику на полу.

### **Четвертый год обучения (дети 6-7 лет).**

Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Знают основные позиции и элементы классического танца. Умеют исполнять народные стилизованные, бальные танцы, современные танцы и комплексы упражнений.

Выполнять партерную гимнастику на полу.

## II Содержательный раздел программы

### 2.1 Формы работы по реализации основных задач программы

#### Виды занятий

Занятия хореографией делятся на несколько видов, для всех видов занятий обязательными являются следующие структурные части занятия:

- Поклон (вначале и конце)
- разминка

Основная часть занятия изменяется в зависимости от методов решения поставленных задач.

1. Обучающие занятия. На обучающих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, танцевального па в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятиях детально разбирается движение.
2. Закрепляющие занятия. Предлагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Затем идет повтор движения каждым ребенком, по очереди (диагональ), начинают дети выполняющие движения правильно.
3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные композиции.
4. Постановочные занятия. На занятии разучивается рисунок танца, дети учатся эмоционально передавать характер танца.
5. Импровизационные занятия. На этих уроках дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

На занятиях по хореографии ни одно движение не выполняется как механический разогрев мышц. Занятия проводятся в игровой форме. Давая тематическое название занятиям, мы не предусматриваем определенный сюжет. Педагог импровизирует сам и предоставляет возможность импровизировать детям.

#### **Виды и структура занятий:**

- 1 - традиционное занятие
- 2 - тематическое занятие

3 - сюжетное занятие

4 - игровое занятие

5 - занятие импровизация

## **2.2. Цели и задачи возрастной категории от 3 до 7 лет.**

### **Возрастные и индивидуальные особенности детей 3-4 лет**

Младший дошкольный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. Повышается активность ребенка, усиливается ее целенаправленность; более разнообразными и координированными становятся движения. Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности в пропорциях строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), особенности протекания нервных процессов и их зрелости, форсированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще не достаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

### **Возрастные особенности детей среднего дошкольного возраста 4-5 лет**

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста организма ребенка. В играх у детей формируются познавательные процессы, развивается наблюдательность, умение подчиняться правилам, складываются навыки поведения, совершенствуются основные движения. Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развивается ловкость, координация движений. Для детей 4-5 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену частей музыки, в понимании пауз.

### **Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет**

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Детям доступно овладение сложными видами движений, способами их выполнения, а также некоторыми элементами техники. Дети отличаются хорошей координацией движений. На шестом году жизни улучшаются показатели ловкости, быстроты движений, двигательной реакции. Движения становятся более осмысленными, управляемыми. Знание своих возможностей и особенностей помогает прийти к пониманию ценности окружающих людей. В возрасте 5-6 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнении, эмоционально осознанное восприятие. Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения. Ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений - из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы

с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная, современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения

### 2.3 Тематический план для детей 3-4 лет.

Месяц	Неделя	Тема занятий	Количество занятий
Октябрь	1 неделя	Знакомство с хореографией «Путешествие в страну танца»	2
	2 неделя	«Мишка косолапый»	2
	3 неделя	«Весёлый экспресс»	2
	4 неделя	«Поход в зоопарк»	2
Ноябрь	1 неделя	«Осенний листопад»	2
	2 неделя	«Тик-так часики»	2
	3 неделя	«В стране волшебных кукол»	2
	4 неделя	«На лесной опушке»	2
Декабрь	1 неделя	«Я бурый медвежонок»	2
	2 неделя	«В гостях у Снегурочки»	2
	3 неделя	«Серебристые снежинки»	2
	4 неделя	Открытое занятие «Путешествие по танцевальным станциям»	2
Январь	2 неделя	«Балалайка заиграй-ка»	2

	3 неделя	«Весёлый автобус»	2
	4 неделя	«Весёлый зоопарк»	2
Февраль	1 неделя	«Кукляндия»	2
	2 неделя	«Путешествие в морское царство»	2
	3 неделя	«Карапузы»	2
	4 неделя	«В гости к зайке»	2
Март	1 неделя	«Солнечные зайчики»	2
	2 неделя	«Подарок маме»	2
	3 неделя	Народный танец	2
	4неделя	«Игривый котик»	2
Апрель аАпрель	1 неделя	Классический танец	2
	2 неделя	«Магазин игрушек»	2
	3 неделя	«Путешествие в страну сказок»	2
	4 неделя	«В гости к Чебурашке»	2
Май	1 неделя	«Каблучок»	2
	2 неделя	«Яркие ленточки»»	2

	3 неделя	«Весёлый автобус»	2
	4 неделя	Открытое занятие «Путешествие в танцевальную страну»	2
<b>Итого НОД в год</b>	<b>62</b>		

#### Тематический план для детей 4-5 лет

Месяц	Неделя	Тема занятий	Количество занятий
Октябрь	1 неделя	Знакомство с хореографией «Путешествие в страну танца»	2
	2 неделя	«Осенний листопад»	2
	3 неделя	«Листик-листик-листопад»	2
	4 неделя	Классический танец	2
Ноябрь	1 неделя	«Танец с зонтиками»	2
	2 неделя	«Делай как я»	2
	3 неделя	«Игривый котик»	2
	4 неделя	«Карамельная страна»»	2
Декабрь	1 неделя	«Путешествие на лесную поляну»	2

Январь	2 неделя	В гостях у Снегурочки»	2
	3 неделя	«Серебристые снежинки»	2
	4 неделя	Открытое занятие «Забавное путешествие»	2
	2 неделя	«На завалинке»»	2
	3 неделя	«Вальс снежинок»	2
	4 неделя	«Гномики»	2
Февраль	1 неделя	Классический танец	2
	2 неделя	«Путешествие в морское царство»	2
	3 неделя	«Топотушечки»	2
	4 неделя	«В гости к Фунтику»	2
Март	1 неделя	«Джентельмены»	2
	2 неделя	«Подарок маме»	2
	3 неделя	Народный танец	2
	4неделя	«Игривый котик»	2
Апрель аАпрель	1 неделя	Классический танец	2
	2 неделя	«Магазин игрушек»	2

	3 неделя	«Путешествие в страну сказок»	2
	4 неделя	«В гости к Чебурашке»	2
Май	1 неделя	Классический танец	2
	2 неделя	«На завалинке»	2
	3 неделя	«Весёлый автобус»	2
	4 неделя	Открытое занятие «Путешествие в танцевальную страну»	2
<b>Итого НОД в год</b>	<b>62</b>		

**Тематический план для детей 5-6 лет**

Месяц	Неделя	Тема занятий	Количество занятий
Октябрь	1 неделя	Знакомство с хореографией «Путешествие в страну танца»	2
	2 неделя	«Летят листочки»	2
	3 неделя	«Весёлый экспресс»	2
	4 неделя	«Знакомство с классическим танцем»	2
Ноябрь	1 неделя	«Осенний листопад»	2

	2 неделя	«Часики»	2
	3 неделя	Классический танец	2
	4 неделя	«Русская ярмарка»»	2
Декабрь	1 неделя	«Зимняя сказка»	2
	2 неделя	Классический танец	2
	3 неделя	«Снежинки»	2
	4 неделя	Открытое занятие «Волшебные огни»	2
Январь	2 неделя	«На завалинке»	2
	3 неделя	Народный танец	2
	4 неделя	«Радуга»	2
Февраль	1 неделя	Классический танец	2
	2 неделя	«Путешествие в царство Нептуна»	2
	3 неделя	Народный танец	2
	4 неделя	«В гости к волшебнику»	2
Март	1 неделя	Классический танец	2
	2 неделя	«Цветные сны»	2

	3 неделя	Народный танец	2
	4неделя	«На завалинке»	2
Апрель аАпрель	1 неделя	Классический танец	2
	2 неделя	«Магазин игрушек»	2
	3 неделя	«Сказочная страна»	2
	4 неделя	«В гости к Фунтику»	2
Май	1 неделя	Классический танец	2
	2 неделя	«Буратино» современная хореография	2
	3 неделя	«Звездный дождь»	2
	4 неделя	Открытое занятие «Путешествие в танцевальную страну»	2
<b>Итого НОД в год</b>			<b>62</b>

### Тематический план для детей 6-7 лет

Месяц	Неделя	Тема занятий	Количество занятий
Октябрь	1 неделя	«Танцевальная страна»	2
	2 неделя	«Demi классика»	2
	3 неделя	«В ритме танца» современная хореография	2
	4 неделя	«Ягодка-малинка» стилизованный народный танец	2
Ноябрь	1 неделя	«Осенний вальс» бальный танец	2
	2 неделя	«Партерный экзерсис»	2
	3 неделя	«Demi классика»	2
	4 неделя	«Русская ярмарка»»	2
Декабрь	1 неделя	«Новогодние огни»	2
	2 неделя	«Demi классика»	2
	3 неделя	«Сказка»	2
	4 неделя	Открытое занятие	2
Январь	2 неделя	Современный танец	2

	3 неделя	Народно сценический танец	2
	4 неделя	«Карнавал»	2
Февраль	1 неделя	«Играя танцуем»	2
	2 неделя	«Танцевальное ассорти»	2
	3 неделя	«Зимние забавы»	2
	4 неделя	«В гости к волшебнику»	2
Март	1 неделя	Классический танец	2
	2 неделя	«Цветные сны»	2
	3 неделя	«Подарок маме»	2
	4неделя	«На завалинке»	2
Апрель аАпрель	1 неделя	«Смешинки»	2
	2 неделя	«Танцевальная планета»»	2
	3 неделя	«В гостях у сказки»»	2
	4 неделя	«Фиксики»	2
Май	1 неделя	«Деті классика»	2

	2 неделя	«Ладушки»	2
	3 неделя	«Звездный дождь»	2
	4 неделя	Открытое занятие «Путешествие в танцевальную страну»	2
<b>Итого НОД в год</b>	<b>62</b>		

### III. Организационный раздел

#### 3.1. Контингент воспитанников:

дети дошкольного возраста 3-7 лет.

#### 3.2. Режим реализации программы дети 3-4 лет

Общее НОД в год	Количество НОД в неделю	Длительность НОД	Форма организации образовательного процесса
62	2	15 мин	групповая

#### Режим реализации программы дети 4-5 лет

Общее НОД в год	Количество НОД в неделю	Длительность НОД	Форма организации образовательного процесса
62	2	20 мин	групповая

#### Режим реализации программы дети 5-7 лет

Общее НОД в год	Количество НОД в неделю	Длительность НОД	Форма организации образовательного процесса
62	2	25-30 мин	групповая

**Сведения о педагоге: Сведения о педагоге:**

Долганова Юлия Евгеньевна

Образование – среднее-специальное, Тетюшский Государственный колледж гражданской защиты. Специальность Музыкальных руководитель, учитель музыки.

**Условия реализации:** занятия проводятся фронтально, 2 раз в неделю с 1 октября по май, в музыкальном зале.

**3.2 Методическое обеспечение:**

1. Азбука танцев / Авт. – сост. Е.В. Диниц, Д.А. Ермаков, О.В. Иванникова. – М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2005.
2. Барышникова, Т. С. Азбука хореографии: учебное пособие / Т.С. Барышникова. – М.: Книга, 1999.
3. Бекина, С. А. Музыка и движение: учебное пособие / С.А. Бекина. - М.: Просвещение, 1994.
4. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей 3–7 лет
5. «От жеста к танцу», автор Е. В. Горшкова.
6. «Са-Фи-ДаНсе» Танцевально – игровая гимнастика для детей: Учебно –методическое пособие для педагогов дошкольных учреждений.