

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №196»

РАССМОТРЕНА и ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 1 от
«22» августа 2024 года



УТВЕРЖДЕНА
Приказом заведующего
№ 90 - осн. от «30» августа 2024 г.
Н.С.Замятина

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА

«ВЕСЁЛЫЙ КАБЛУЧОК»
на 2024/2025 учебный год

Направленность:	художественная
Срок реализации:	8 месяцев
Возраст обучающихся:	3 – 7 лет
Автор – составитель:	Пучкина Ирина Геннадьевна, хореограф

Содержание

1.	Комплекс основных характеристик Программы.....	2
1.1.	Пояснительная записка.....	2
1.2.	Цели и задачи Программы.....	3
1.3.	Содержание Программы.....	4
1.4.	Планируемые результаты освоения Программы.....	6
2.	Комплекс организационно-педагогических условий.....	8
2.1.	Учебный план.....	8
2.2.	Календарный учебный график.....	19
2.3.	Ресурсное обеспечение Программы.....	20
2.4.	Список литературы.....	23
	Лист изменений и дополнений.....	24

1. Комплекс основных характеристик Программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» (далее – Программа) разработана с целью создания условий для приобретения детьми 3-7 лет практических навыков в танцевальном творчестве.

Дошкольники познают многообразие танца: классического, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Танцевально-эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса и является его приоритетным направлением. Для эстетического развития личности ребёнка, огромное значение имеет разнообразная художественная деятельность. Важной задачей эстетического воспитания является формирование у детей эстетических интересов, потребностей, эстетического вкуса, а так же творческих способностей. Богатейшее поле для эстетического развития детей, а так же развития их творческих способностей представляет хореография.

Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, - танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Новизна Программы основана на использовании нетрадиционных видов упражнений: игропластики, пальчиковой гимнастики, игрового самомассажа, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями.

Актуальность Программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растёт спрос на образовательные услуги в области хореографии. В «век гиподинамии» хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Программа ориентирует детей на приобщение к танцевально-музыкальной культуре. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную память. Система занятий воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

В основу Программы легла программа Усовой О.В. "Развитие личности ребенка средствами хореографии"

Программа предполагает проведение двух занятий в неделю, во вторую половину дня. Дети принимаются в объединение без предварительной подготовки и не проходят отбор.

Форма получения образования - очное.

Уровень сложности программы - базовый.

Срок реализации Программы 8 месяцев.

1.2. Цель и задачи реализации Программы.

Цель Программы – всестороннее развитие ребенка, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств дошкольника, средствами музыки и ритмических движений.

На занятиях проводится работа с детьми по следующим направлениям, которые решают следующие задачи:

Задачи Программы:

1. Развитие музыкальности:

- Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;
- Развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- Развитие музыкальной памяти.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- Развитие ловкости, точности, координации движений;
- Развитие гибкости и пластичности;
- Формирование правильной осанки, красивой походки;
- Воспитание выносливости, развитие силы;
- Развитие умения ориентироваться в пространстве;
- Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;

3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- Развитие творческого воображения и фантазии;
- Развитие способности к импровизации в движении.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

- Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- Тренировка подвижности нервных процессов;
- Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления. Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности;
- Воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- Воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

1.3. Содержание Программы

Концепция Программы обозначает идею развития личности воспитанника, его образовательного потенциала, формирование творческих способностей, воспитания важных личностных качеств, укрепления здоровья. Организация работы с воспитанниками строится на основе концепции развития способностей, принятой в отечественной психологии. Все темы занятий деятельности объединений, входящие в Программу, подобраны по принципу нарастания сложности дидактического материала и творческих заданий, что дает возможность воспитаннику распределять свои силы равномерно и получить планируемый результат.

Содержание Программы определяется в соответствии с её направленностью. Соответствует возрастным особенностям воспитанников, обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач.

Упражнения на ориентировку в пространстве

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной

ноги на другую (маятник).

Партерная гимнастика

Упражнения партерной гимнастики (на ковриках) прекрасно развивают мышцы живота, спины, выворотность ног от тазобедренного сустава до голеностопа, гармонично формируют мышечную массу, значительно увеличивая силу мышц, амплитуду шага, вырабатывают точность координации движения. Упражнения партерной гимнастики: «Достать до солнышка», «Складочка», «Лягушка», «Растем-растем!», «Черепашки», «Корзиночка», «Уголок» лежа на спине, «Качалочка», «Березка».

Игры под музыку

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. Д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры.

Танцы для малышей

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Организация образовательного процесса:

«Хореография» для воспитанников 3-5 лет:

Структура занятий во всех возрастных группах одинакова, так как предмет хореографии имеет свою специфику, актуальную для любого возраста, уровня знаний и навыков.

Занятие состоит из:

- Разминки - выполняется в виде небольшой танцевальной зарисовки под популярную детскую песенку, в которой проводится подготовка всех частей опорно-двигательного аппарата к дальнейшим более сложным элементам. Продолжительность - от 2 до 5 минут.

- Основной части - изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность - от 10 до 25 минут.

- Завершающей части - танцевальной игры на развитие различных навыков, например, умения импровизировать под музыку; или комплекса

хореографических упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Продолжительность - от 2 до 5 минут.

Формой подведения итогов по ДООП «Хореография» для детей дошкольного возраста:

- проведение открытых занятий с приглашением родителей; - проведение отчетного концерта. Программа рассчитана на один год обучения с воспитанниками в возрасте с 3 до 5 лет.

«Хореография» для воспитанников 5-7 лет:

Структура занятий во всех возрастных группах одинакова, так как предмет хореографии имеет свою специфику, актуальную для любого возраста, уровня знаний и навыков.

Занятие состоит из:

- Разминки - выполняется в виде небольшой танцевальной зарисовки под популярную детскую песенку, в которой проводится подготовка всех частей опорно-двигательного аппарата к дальнейшим более сложным элементам. Продолжительность - от 2 до 5 минут.

- Основной части - изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность - от 10 до 25 минут.

- Завершающей части - танцевальной игры на развитие различных навыков, например, умения импровизировать под музыку; или комплекса хореографических упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Продолжительность - от 2 до 5 минут.

Формой подведения итогов по ДООП «Хореография» для детей дошкольного возраста:

- проведение открытых занятий с приглашением родителей; - проведение отчетного концерта. Программа рассчитана на один год обучения с воспитанниками в возрасте с 5 до 7 лет.

1.4. Планируемые результаты освоения Программы

Планируемые результаты освоения Программы включают в себя развитие у ребенка совокупности ценных личностных качеств: любознательность, активность, эмоциональная отзывчивость, умение общаться и взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, способность управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, уважение к общепринятым нормам и правилам поведения, способность решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту.

Ожидаемые результаты освоения программы:

К концу обучения дети:

- ✓ возросший интерес к занятиям танцевально-ритмической деятельностью;
- ✓ укрепление иммунной системы организма;

- ✓ укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
- ✓ развитие правильной осанки.

Средняя группа.

- ✓ Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу.
- ✓ Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.
- ✓ Овладевают навыками ритмической ходьбы.
- ✓ Умеют хлопать и топать в такт музыки.
- ✓ Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).
- ✓ Имеют представление о значении танца в укреплении здоровья.

Уровень сложности программы - базовый.

Старшая группа.

- ✓ Дети знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики.
- ✓ Умеют выполнять простейшие построения и перестроения.
- ✓ Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.
- ✓ Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.
- ✓ Знают основные танцевальные позиции рук и ног.

Подготовительная группа.

- ✓ Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях.
- ✓ Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.).
- ✓ Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр.
- ✓ Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;

— отчетный концерт по итогам года.

После освоения ДООП документ об обучении не выдается.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Предоставление дополнительных платных образовательных услуг, и реализация Программы осуществляется только с согласия родителей (законных представителей) на договорной основе.

Дети принимаются в объединение без предварительной подготовки и не проходят отбор.

2.1. Учебный план для детей 3-5 лет

Учебный план рассчитан на 64 часа (2 занятия в неделю, 8 месяцев 34 учебные недели).

Срок реализации Программы с 01.10.2024 по 30.05.2025

Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
	всего	теория	практика	
Раздел 1. Вводное занятие	2	1,4	0,6	
Раздел 2. Ритмико – гимнастические упражнения	18	4,8	13,2	
Раздел 3. Танцы для малышей	36	10,7	25,3	выступление на утренниках
Раздел 4. Упражнения на ориентировку в пространстве	14 упражнений в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Раздел 5. Партерная гимнастика	15 упражнений в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Раздел 6. Игры под музыку	12 игр в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Раздел 7. Подготовка и проведение творческого отчета	8	1,6	6,4	творческий отчет
Итого за период	64	18,5	45,5	

Содержание учебного плана для детей 3-5 лет.

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Рассказать о культуре поведения на занятии, основных правилах (инструктаж по технике безопасности). Познакомить детей с понятием «танец».

Практика. Приветствие-поклон: «раз-два»-поднять одну руку четко вверх, «три-четыре»-резко поднять вторую руку, «пять-шесть-семь-восемь»-опустить корпус до упора вниз вместе с руками. Танцуем элементарные подготовительные движения под простейшие мелодии.

Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.

Теория. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса – объяснить зачем нам нужно держать корпус ровно, как важно повторять специальные упражнения. Упражнения для стоп. Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела.

Основные танцевальные движения – объяснять, что значит выполнять движение «по танцевальному», чем оно отличается от физкультурного.

Учить останавливаться во время танца, не сталкиваясь с другими детьми. Учить не разъединять ноги во время прыжка.

Практика.

Изучение позиций рук, ног. Упражнение на расслабление мышц. Совершенствование навыков прыжков. Наклоны корпуса с прямой спиной. Вытягивание носочка на полу. Выставление пятки вперед. Хлопки, притопы. Движение "Пружинка". Прыжки по 6 позиции с раскрытием ног.

Раздел 3. Танцы для малышей.

Теория. Используя современные детские песенки, сначала «танцуем» по тексту. Затем изучаем движения без привязки к тексту.

Практика. Разучивание танцевальных движений. Танцы: "Топотушки", "Пятнышки", "Для мамы", "Новогодние снежинки", "Что такое доброта", "Разноцветная игра", "Папа может", "Ладошка", "Банана-мама", "Хитрые мышки", "Буратино", "Улыбка", "Чунга-чанга".

Раздел 4. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Теория. Перед выполнением подробно объясняем как правильно выполнять перестроение, встать на свое место в круге и квадрате.

Практика. Разучивание шага с носочка по кругу, ходьбу и бег с высоким подниманием колен, бег с натянутыми носками вперед по кругу. Построение в линию, перестроение из маленького круга в большой.

Раздел 5. Игры под музыку.

Теория. Знакомство детей с правилами музыкальных игр. Учить выполнять ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, изменять направления и формы ходьбы, бега, танцевальных движений.

Практика. Разучивание игр под музыку. Игры: "Ниточка и иголочка", "Зеркало", "Волк и зайцы", "Магазин игрушек", "Вообразалки", "На поляне", "Карусель", "Сантики".

Раздел 6. Партерная гимнастика.

Теория. Упражнения на развитие силы ног, растяжка – объяснить зачем нам нужно держать корпус ровно, как важно повторять специальные упражнения, упражнения для развития силы мышц различных частей тела.

Практика. Разучивание упражнений в партере: "Складочка", "Бабочка", "Бутерброд", "Домик", "Улитка", "Велосипед", "Кошечка", "Ласточка", "Лягушка", "Корзиночка", "Ежик", "Елочка", "Младенец", "Змея".

Раздел 7. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория. Повторение всех основных элементов структуры урока. Отбор наиболее выигрышных, зрелищных по эмоциональной составляющей, танцев из репертуара.

Практика. Учитывая особенности данной возрастной группы, отработка движений строится на игровых методах и приемах, основанных на образной подаче материала. Все движения выполняются под веселую яркую музыку. Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства.

Структура открытого занятия: Построение круг, педагог принимает активное участие. Поклон. Разминка. Танцевальные упражнения. Танцы для малышей. Поклон.

Продолжительность одного занятия	
3-4 года	4-5 лет
15 минут	20 минут

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография»									
Количество занятий в месяц		Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
		—	9	8	8	7	8	9	8
Итого:	64								

Календарный тематический план

№	Дата проведения	Тема занятия
1	03.10.2024	Вводное занятие. Правила поведения во время занятия. Построение каждый на свое место в круг, квадрат.
2	07.10.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, с раскрытием ног.
3	10.10.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на развитие силы ног. Игра "Ниточка-иглолочка".
4	14.10.2024	Танцы для малышей. "Танец "Топотушки". Хлопки, притопы. "Бутерброд".
5	17.10.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, с раскрытием ног. "Змея".
6	21.10.2024	Танцы для малышей. "Танец "Топотушки". Хлопки, притопы.
7	21.10.2024	Танцы для малышей. "Топотушки". "Складочка",

		"Бабочка". Игра "Сантики".
8	28.10.2024	Танцы для малышей. "Пятнышки". Ходьба и бег с высоким подниманием колен.
9	31.10.2024	Танцы для малышей. "Пятнышки". Хлопки, притопы. Изменение направления и формы ходьбы, бега, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке
10	02.11.2024	Танцы для малышей. "Пятнышки". «Складочка», «Бабочка»
11	07.11.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, с раскрытием ног.
12	11.11.2024	Танцы для малышей. "Для мамы". Ходьба и бег с высоким подниманием колен. "Бутерброд",
13	14.11.2024	Танцы для малышей. "Для мамы". Упражнения на выработку осанки. "Змея".
14	18.11.2024	Танцы для малышей. "Новогодние снежинки". Укрепление мышц спины, пресса. Игры под музыку "Зеркало".
15	21.11.2024	Танцы для малышей. "Новогодние снежинки". "Бутерброд", "Домик".
16	25.11.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, с раскрытием ног.
17	28.11.2024	Танцы для малышей. "Дед Мороз". Упражнения на развитие гибкости тела
18	02.12.2024	Танцы для малышей. "Дед Мороз". Игра импровизация "Вооброжалки".
19	05.12.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, с раскрытием ног. Перестроение из маленького круга в большой.
20	09.12.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на развитие силы ног. Игры под музыку "Зеркало".
21	12.12.2024	Подготовка к творческому отчету. "Топотушки", "Пятнышки", "Для мамы", "Новогодние снежинки", "Дед Мороз".
22	16.12.2024	Упражнения на выработку осанки. "Бутерброд", Игра "Зеркало".
23	19.12.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Изучение позиций рук, ног. Игра "Сантики".
24	23.12.2024	Танцы для малышей. "Топотушки", "Дед Мороз". Упражнения на развитие гибкости тела
25	26.12.2024	Творческий отчет."Топотушки", "Пятнышки", "Для мамы", "Новогодние снежинки", "Дед Мороз".
26	09.01.2025	Вводное занятие. Правила поведения во время занятия. «Лягушка», «Корзиночка».

27	13.01.2025	Перестроение из маленького круга в большой. Упражнения на развитие гибкости тела.
28	16.01.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, "лыжи".
29	20.01.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. "Бутерброд", Игры под музыку "Вообразалки".
30	23.01.2025	Танцы для малышей. Танец "Папа может". Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки.
31	27.01.2025	Танцы для малышей. Танец "Папа может". Игра "Сантики".
32	30.01.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на выработку осанки.
33	03.02.2025	Танцы для малышей. Танец "Папа может".
34	06.02.2025	Упражнения на развитие силы ног. Танцы для малышей. Танец "Разноцветная игра"
35	10.02.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на выработку осанки.
36	13.02.2025	Упражнения на развитие гибкости тела. Танцы для малышей. Танец "Разноцветная игра".
37	17.02.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. "Бутерброд", Игры под музыку "Зеркало".
38	20.02.2025	Танцы для малышей. Эстрадный танец "Разноцветная игра". Игра "Карусель".
39	24.02.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на выработку осанки.
40	27.02.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на развитие выворотности.
41	03.03.2025	Танцы для малышей. Танец « Папа может»
42	06.03.2025	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки. Танцы для малышей. Танец « Банана-мама».
43	10.03.2025	Упражнения на развитие силы ног. Танцы для малышей. Эстрадный танец « Банана-мама».
44	13.03.2025	Танцы для малышей. Танец «Банана-мама». Игра "Ниточка-иглолочка".
45	17.03.2025	Упражнения на развитие гибкости тела. Танцы для малышей. Танец "Буратино".
46	20.03.2025	Танцы для малышей. Танец "Буратино". Совершенствование навыков прыжков.

47	24.03.2025	Танцы для малышей. Изменение направления и формы ходьбы, бега, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.
48	27.03.2025	Танцы для малышей. Эстрадный танец "Буратино". Игры под музыку "Зеркало".
49	31.03.2025	Ходьба и бег с высоким подниманием колен. Игра "Вооброжалки".
50	03.04.2025	Танцы для малышей. Изменение направления и формы ходьбы, бега, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.
51	07.04.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Эстрадный танец "Улыбка".
52	10.04.2025	Совершенствование навыков прыжков. Танцы для малышей. Танец "Улыбка".
53	14.04.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. «Кошечка», «Ласточка».
54	17.04.2025	Упражнения на развитие гибкости тела. Танцы для малышей. Танец "Улыбка".
55	21.04.2025	Танцы для малышей. Танец "Чунга-чанга". Игры под музыку «Зеркало».
56	24.04.2025	Танцы для малышей "Чунга-чанга". Перестроение из маленького круга в большой.
57	28.04.2025	Танцы для малышей. Эстрадный танец "Чунга-чанга".
58	05.05.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Ходьба и бег с высоким подниманием колен.
59	12.05.2025	Танцы для малышей. Игра «Самолеты».
60	15.05.2025	Подготовка к творческому отчету. Танец « Банана-мама». Игра "Карусель",
61	19.05.2025	Подготовка к творческому отчету. "Чунга-чанга", "Хитрые мышки". Игра "Ниточка-иглолочка".
62	22.05.2025	Подготовка к творческому отчету. "Разноцветная игра", "Папа может".
63	26.05.2025	Подготовка к творческому отчету. Танец « Банана-мама», "Чунга-чанга". Игра "Ниточка-иглолочка".
64	29.05.2025	Творческий отчет. "Что такое доброта", "Разноцветная игра", "Папа может", "Ладошка", "Банана-мама", "Хитрые мышки", "Буратино", "Улыбка", "Чунга-чанга".

Учебный план для детей 5-7 лет

Учебный план рассчитан на 64 часа (2 занятия в неделю, 8 месяцев 34 учебные недели).

Срок реализации Программы с 01.10.2024 по 30.05.2025.

Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
	всего	теория	практика	
Раздел 1. Вводное занятие	2	1,4	0,6	
Раздел 2. Ритмико – гимнастические упражнения	15	3,8	11,2	
Раздел 3. Танцы для малышей	37	10,8	26,2	выступление на утренниках
Раздел 4. Упражнения на ориентировку в пространстве	14 упражнений в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Раздел 5. Партерная гимнастика	15 упражнений в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Раздел 6. Игры под музыку	12 игр в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Раздел 7. Подготовка и проведение творческого отчета	10	2,6	7,4	творческий отчет
Итого за период	64	18,6	45,4	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Рассказать о культуре поведения на занятии, основных правилах (инструктаж по технике безопасности). Познакомить детей с понятием «танец».

Практика. Приветствие-поклон: «раз-два»-поднять одну руку четко вверх, «три-четыре»-резко поднять вторую руку, «пять-шесть-семь-восемь»-опустить корпус до упора вниз вместе с руками. Танцуем элементарные подготовительные движения под простейшие мелодии.

Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.

Теория. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса – объяснить зачем нам нужно держать корпус ровно, как важно повторять специальные упражнения. Упражнения для стоп. Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела. Основные танцевальные движения – объяснять, что значит выполнять движение «по танцевальному», чем оно отличается от физкультурного.

Учить останавливаться во время танца, не сталкиваясь с другими детьми. Учить не разъединять ноги во время прыжка.

Практика.

Движение "Пружинка". Прыжки по 6 позиции с раскрытием ног.

Раздел 3. Танцы для малышей.

Теория. Используя современные детские песенки, сначала «танцуем» по тексту. Затем изучаем движения без привязки к тексту.

Практика. Разучивание танцевальных движений. Танцы: "Зонтики цветные", "Для мамы", "Дед Мороз", "Помогатор", "Разноцветная игра", "Папа может", "Хитрые мышки", "Улыбка", "Чунга-чанга".

Раздел 4. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Теория. Перед выполнением подробно объясняем как правильно выполнять перестроение, встать на свое место в круге и квадрате.

Практика. Разучивание шага с носочка по кругу, ходьбу и бег с высоким подниманием колен, бег с натянутыми носками вперед по кругу. Построение в линию, перестроение из маленького круга в большой.

Раздел 5. Игры под музыку.

Теория. Знакомство детей с правилами музыкальных игр. Учить выполнять ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, изменять направления и формы ходьбы, бега, танцевальных движений.

Практика. Разучивание игр под музыку. Игры: "Ниточка и иголочка", "Зеркало", "Волк и зайцы", "Магазин игрушек", "Вообразалки", "На поляне", "Карусель", "Сантики".

Раздел 6. Партерная гимнастика.

Теория. Упражнения на развитие силы ног, растяжка – объяснить зачем нам нужно держать корпус ровно, как важно повторять специальные упражнения, упражнения для развития силы мышц различных частей тела.

Практика. Разучивание упражнений в партере: "Складочка", "Бабочка", "Бутерброд", "Домик", "Улитка", "Велосипед", "Кошечка", "Ласточка", "Лягушка", "Корзиночка", "Ежик", "Елочка", "Младенец", "Змея", "Досточка", "Собака", "Мост".

Раздел 7. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория. Повторение всех основных элементов структуры урока. Отбор наиболее выигранных, зрелищных по эмоциональной составляющей, танцев из репертуара.

Практика. Учитывая особенности данной возрастной группы, отработывание движений строится на игровых методах и приемах, основанных на образной подаче материала. Все движения выполняются под веселую яркую музыку. Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства.

Структура открытого занятия: Построение круг, педагог принимает активное участие. Поклон. Разминка. Танцевальные упражнения. Танцы для малышей. Поклон.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография+»									
Количество занятий в месяц		Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
			9	8	8	7	8	9	8
Итого:	64								

Продолжительность одного занятия	
5-6 лет	6-7 лет
25 минут	30 минут

Календарный тематический план

№	Дата проведения	Тема занятия
1	03.10.2024	Вводное занятие. Правила поведения во время занятия. Построение каждый на свое место в круг, квадрат.
2	07.10.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, с раскрытием ног. "Елочка"
3	10.10.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на развитие силы ног. Игра "Ниточка-иглочка".
4	14.10.2024	Танцы для малышей. Танец "Зонтики цветные". Хлопки, притопы. Упражнение "Собака".
5	17.10.2024	Танцы для малышей. Танец "Зонтики цветные". Упражнение "Мост", "Улитка".
6	21.10.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, «лыжи». Игра "Карусель".
7	24.10.2024	Танцы для малышей. Эстрадный танец "Зонтики цветные". Игра "Вообразалки".
8	28.10.2024	Танцы для малышей. Танец "Для мамы". Ходьба и бег с высоким подниманием колен.
9	31.10.2024	Танцы для малышей. "Для мамы". Хлопки, притопы. Изменение направления и формы ходьбы, бега, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. "Елочка", "Улитка".
10	02.11.2024	Танцы для малышей "Для мамы". «Складочка», «Бабочка»
11	07.11.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки «лыжи», с раскрытием ног. Игра "Магазин игрушек".
12	11.11.2024	Танцы для малышей "Для мамы". Ходьба и бег с высоким подниманием колен. Упражнение "Мост".
13	14.11.2024	Танцы для малышей "Для мамы". Упражнения на выработку осанки. Игра "Сантики".

14	18.11.2024	Танцы для малышей. "Дед Мороз". Укрепление мышц спины, пресса. Игры под музыку "Зеркало".
15	21.11.2024	Танцы для малышей. "Дед Мороз". "Бутерброд", "Домик".
16	25.11.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, с раскрытием ног. Упражнение "Собака".
17	28.11.2024	Танцы для малышей. "Дед Мороз". Упражнения на развитие гибкости тела. Игра "Карусель".
18	02.12.2024	Танцы для малышей. "Дед Мороз". Упражнение "Елочка". Игра импровизация "Волк и зайцы"
19	05.12.2024	Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки по 6 позиции, с раскрытием ног. Перестроение из маленького круга в большой. Игра "Сантики".
20	09.12.2024	Упражнения на выработку осанки. Игра "Магазин игрушек"
21	12.12.2024	Подготовка к творческому отчету. Танец "Зонтики цветные". Упражнение "Мост", "Улитка".
22	16.12.2024	Подготовка к творческому отчету. Танец "Дед Мороз". Игра "Вооброжалки".
23	19.12.2024	Подготовка к творческому отчету. Танец "Зонтики цветные". Игра "На поляне".
24	23.12.2024	Подготовка к творческому отчету. Танец "Для мамы".
25	26.12.2024	Творческий отчет. Танец "Зонтики цветные", "Для мамы", "Дед Мороз". Игра "Сантики".
26	09.01.2025	Танцы для малышей. "Разноцветная игра". Танцевальные игры «Ниточка и иголочка».
27	13.01.2025	Укрепление мышц спины, пресса. Игры под музыку "Зеркало". Упражнения на развитие гибкости тела "Складочка", "Бабочка". Игра "Сантики"
28	16.01.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Изучение позиций рук, ног. Упражнение «Змея».
29	20.01.2025	Упражнения на развитие силы ног. Танцы для малышей. "Улыбка". Игра "Магазин игрушек"
30	23.01.2025	Вводное занятие. Правила поведения во время занятия. «Лягушка», «Корзиночка».
31	27.01.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнение "Собака", "Елочка". Игра "Карусель".
32	30.01.2025	Танцы для малышей. Танец "Папа может". Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки. Упражнение "Мост".
33	03.02.2025	Танцы для малышей. Танец "Папа может". Игра "Вооброжалки".
34	06.02.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на выработку осанки.
35	10.02.2025	Танцы для малышей. Танец "Папа может", "Улыбка".

36	13.02.2025	Упражнения на развитие силы ног. Танцы для малышей. Танец "Летка-енка". Игра "Сантики".
37	17.02.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на выработку осанки. Игра "На поляне".
38	20.02.2025	Танцы для малышей. Танец «Летка-енка». Упражнение "Мост". Игра "Магазин игрушек"
39	24.02.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. "Собака". Игра "Вооброжалки".
40	27.02.2025	Танцы для малышей. Эстрадный танец «Летка-енка».
41	03.03.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на развитие выворотности.
42	06.03.2025	Перестроение из маленького круга в большой и наоборот. Танцы для малышей. Танец « Папа может».
43	10.03.2025	Упражнения на развитие силы ног. Танцы для малышей. Танец "Улыбка"
44	13.03.2025	Танцы для малышей. Эстрадный танец "Улыбка". Игра "Карусель".
45	17.03.2025	Танцы для малышей. Танец "Чунга-чанга". Игра "Магазин игрушек"
46	20.03.2025	Танцы для малышей. Танец "Чунга-чанга". Упражнение "Елочка". Игра "Сантики".
47	24.03.2025	Танцы для малышей. Танец "Буратино". Совершенствование навыков прыжков.
48	27.03.2025	Танцы для малышей. Эстрадный танец «Помогатор». Игра "Вооброжалки".
49	31.03.2025	Танцы для малышей. Изменение направления и формы ходьбы, бега, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.
50	03.04.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра "На поляне".
51	07.04.2025	Танцы для малышей. Танец «Помогатор». Игра "Карусель".
52	10.04.2025	Совершенствование навыков прыжков. Танцы для малышей. Танец "Хитрые мышки"
53	14.04.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. «Кошечка», «Ласточка»
54	17.04.2025	Танцы для малышей. Танец "Помогатор". Упражнение "Собака". Игры под музыку «Зеркало»
55	21.04.2025	Танцы для малышей. "Хитрые мышки". Перестроение из маленького круга в большой.
56	24.04.2025	Танцы для малышей. Эстрадный танец "Чунга-чанга". Игра "Вооброжалки".
57	28.04.2025	Ритмико-гимнастические упражнения. Ходьба и бег с высоким подниманием колен.
58	05.05.2025	Совершенствование навыков прыжков. Танцы для малышей. Игра «Самолеты»

59	12.05.2025	Танцы для малышей. Эстрадный танец "Чунга-чанга".
60	15.05.2025	Танцы для малышей. Танец "Летка-енка".
61	19.05.2025	Подготовка к творческому отчету. "Чунга-чанга". Игра "Вооброжалки".
62	22.05.2025	Подготовка к творческому отчету. "Улыбка"
63	26.05.2025	Подготовка к творческому отчету. «Помогатор», « Папа может»
64	29.05.2025	Творческий отчет. "Летка-енка", "Папа может", "Танец цветов", "Улыбка", "Хитрые мышки".

2.2. Календарный учебный график

1. Режим работы Учреждения			
Продолжительность учебной недели	5 дней (понедельник – пятница)		
Время работы возрастных групп	07.00 – 19.00 (12 часов)		
Нерабочие дни	суббота, воскресенье, праздничные дни		
2. Продолжительность учебного года			
Учебный год	с 1.10.2024 по 30.05.2025	34 недели	
I полугодие	с 1.10.2024 по 28.12.2024	15 недель	
II полугодие	с 09.01.2025 по 30.05.2025	19 недель	
3. Продолжительность занятий			
Младшая группа (3 – 4 года)	Средняя группа (4 – 5 лет)	Старшая группа (5 – 6 лет)	Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет)
не более 15 минут	не более 20 минут	не более 25 минут	не более 30 минут
Регламент оказания платной образовательной услуги			
Младшая группа (3 – 4 года)	Средняя группа (4 – 5 лет)	Старшая группа (5 – 6 лет)	Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет)
2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
4. Перерыв между занятиями 5 - 10 минут			
5. Каникулярное время, праздничные (нерабочие) дни			
5.1. Каникулы			
Зимний период	29.12.2024-08.01.2025		11 дней
Летний оздоровительный период	01.06.2025 – 31.08.2025		13 недель
5.2. Праздничные дни			
День народного единства	04.11.2024		1 день
Новогодние праздники	30.12.2024 – 08.01.2025		10 дней
День защитника Отечества	22.02. 2025 – 23.02.2025		2 дня
Международный женский день	08.03.2025 – 09.03.2025		2 дня
Праздник Весны и Труда	01.05.2025 – 04.05.2025		4 дня

2.3. Ресурсное обеспечение Программы

Условия реализации Программы обеспечивают полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям.

Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
- способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
- обеспечивает открытость дошкольного образования;
- создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

Педагоги Учреждения при реализации Программы обеспечивают следующие психолого - педагогические условия:

- уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- защита детей от всех форм физического и психического насилия;

- поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

Материально-техническое обеспечение Программы

Образовательный процесс по Программе организуется в соответствии с:

- Действующими санитарными правилами;
- Правилами пожарной безопасности;
- Требованиями, предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста;
- Требованиями к материально-техническому обеспечению Программы.

В Учреждении имеются помещения для оказания дополнительного образования, укомплектованные соответствующим оборудованием.

Наименование Программы	Помещение	Оборудование
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Весёлый каблучок»	Музыкальный зал	Музыкальная колонка – 1 шт. Коврики – 20 шт. Игрушки Атрибуты и предметы к танцам Флешкарты

Методические материалы

В процессе организации дополнительного образования воспитанников используются различные формы взаимодействия педагога с воспитанниками. Занятия в кружках, комплексные, интегрированные, не дублируют занятия Образовательной программы дошкольного образования Учреждения. Они являются надпрограммными и закладывают основу успешной деятельности в любой области, в процессе систематических занятий, постепенно, с постоянной сменой задач, материала.

Формы, способы, методы и средства реализации Программы подбираются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, специфики их образовательных потребностей и интересов в разных видах детской деятельности.

Основные формы работы:

- ✓ Беседы;
- ✓ Практические занятия;
- ✓ Тренировочные занятия;
- ✓ Участие в выставках;
- ✓ Участие в конкурсах.

Основной формой работы являются занятия с группой. Индивидуальный подход осуществляется непосредственно в процессе проведения занятий, по необходимости, для решения конкретных задач.

Для реализации программы в зависимости от поставленных задач на занятиях используются различные методы обучения (словесные, наглядные, практические), чаще всего работа основывается на сочетании этих методов.

Название метода	Определение метода
Словесные	Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа.
Наглядные	Под наглядными методами образования понимаются такие методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств. Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими методами обучения. Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций.
Практические	Практические методы обучения основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и навыки.
Информационно-рецептивный	Педагог сообщает детям готовую информацию, а они ее воспринимают, осознают и фиксируют в памяти.
Репродуктивный	Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию педагога.
Активные методы	Активные методы предоставляют дошкольникам возможность обучаться на собственном опыте, приобретать разнообразный субъективный опыт.
Игровой	Так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.
Соревновательный	Подразумевается сопоставление сил в условиях упорядоченного соперничества, борьбы за первенство или возможно высокое достижение

Основные приемы:

- а) имитация;
- б) создание образов: визуальных, музыкальных, пластических. Как следствие – доминирование невербальных средств обучения на занятиях (картинок, образов, музыки, танцев);
- в) использование учебных игр;
- г) загадки.

2.4. Список литературы

<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Веселый каблучок»</p>	<ul style="list-style-type: none">▪ Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.▪ Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.▪ Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.▪ Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. М.: 2006.▪ Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.▪ Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. –203 с.▪ Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.-М.:Линка-пресс, 2006. - 272 с.▪ Усова О.В. "Развитие личности ребенка средствами хореографии"▪ Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40с.
--	---

Лист изменений и дополнений