МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 49»
г. ТОБОЛЬСКА
(МАДОУ « ДЕТСКИЙ САД № 49» Г. ТОБОЛЬСКА)

Рассмотрена и принята
на заседании Педагогического Совета
МАДОУ «Детский сад №49»
г. Тобольска
Протокол № 1 от 31.08.2026

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 32 от 31.08.2026
Директор МАДОУ «Детский сад
№ 49» г. Тобольска
_____Л.Н. Ишметова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности
«Занятия хореографией»
(для детей 5- 6 лет)
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Пометко Р.А.,
музыкальный руководитель

Тобольск – 2026

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка (характеристика)……3

1.2. Цель и задачи программы……. 4

1.3. Содержание программы…….. 5

1.4. Планируемые результаты…… 8

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Формы контроля и оценочные материалы……. 8

2.2. Условия реализации программы…… 9

Список используемой литературы…… 10

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы
1.1. Пояснительная записка

«Танец – единственное искусство, материалом для которого служим мы сами».

Тед Шон.

С древности движения, выполняемые под музыку, применялись в воспитании детей и почитались занятиями, приносящими здоровье, как физическое, так и духовное.

Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела». Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца.Еще раз следует упомянуть, что танцу присущи образность, сюжетность. Этопридает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Выготского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у дошкольников способностей. Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у детей творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца - музыки, движения иигры.

Предложенная программа поможет успешно проводить работу по формированию у детей красивой осанки, свободы и пластики движений. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придадут движениям детей эмоциональную окраску, влияя на разнообразие и выразительность жестов.

Категория обучающихся: Программа рассчитана на один год обучения и предназначена детям старшей группы, возраст 5-6 лет.

Объем программы: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 25 минут. В месяц 8 занятий. Полный курс - 8 месяцев, 64 занятия.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 25 минут.

Форма организации занятий: групповая

Форма обучения – очная

Возрастные особенности детей 5-6 лет

Социально-эмоциональное развитие: 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 5-6 лет дошкольники совершают положительный нравственный выбор (преимущественно в воображаемом плане). Чаще начинают употреблять и более точный словарь для обозначения моральных понятий - вежливый, честный, заботливый и др.

В этом возрасте в поведении дошкольников формируется возможность саморегуляции, т.е. дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми.

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребёнка о себе; оценки и мнение товарищей становятся для них существенными. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. Общение детей становится менее ситуативным.

Общая моторика: более совершенной становится крупная моторика: ребенок хорошо бегает на носках, прыгает через веревочку, попеременно на одной и другой ноге, катается на двухколесном велосипеде, на коньках. Появляются сложные движения: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет

отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребёнком небольших усилий на протяжении достаточнодлительного времени).

Развитие мелкой моторики влияет на совершенствование техники изображения. Дети с удовольствием обводят рисунки по контуру, заштриховывают фигуры.

Психическое развитие: к 5 годам они обладают довольно большим запасом представлений об окружающем, которые получают благодаря своей активности, стремлению задавать вопросы и экспериментировать.

Представления об основных свойствах предметов углубляются. Ребенок 5-6 лет умеет из неравенства делать равенство; раскладывает 10 предметов от самого большого к самому маленькому и наоборот; рисует в тетради в клетку геометрические фигуры; выделяет в предметах детали, похожие на эти фигуры; ориентируется на листе бумаги.

Освоение времени все ещё не совершенно: не точная ориентация во временах года, днях недели (хорошо усваиваются названия тех дней недели и месяцев года, с которыми связаны яркие события). Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Объём памяти изменяется не существенно. Улучшается её устойчивость.

В 5-6 лет ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление, которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщённых наглядных средств (схем, чертежей и пр.)

Развивается прогностическая функция мышления, что позволяет ребёнку видеть перспективу событий, предвидеть близкие и отдалённые последствия собственных действий и поступков.

Речевое развитие: для детей этого возраста становится нормой правильное произношение звуков. Сравнивая свою речь с речью взрослых, дошкольник может обнаружить собственные речевые недостатки.

Ребёнок шестого года жизни свободно использует средства интонационной выразительности.

Дети начинают употреблять обобщающие слова, синонимы, антонимы, оттенки значений слов, многозначные слова. Словарь детей активно пополняется существительными, обозначающими названия профессий, социальных учреждений (библиотека, почта, универсам, спортивный клуб и т. д.); глаголами, обозначающими трудовые действия людей разных профессий, прилагательными и наречиями, отражающими качество действий, отношение людей к профессиональной деятельности. Использует в речи синонимы, антонимы; слова, обозначающие материалы, из которых сделаны предметы (бумажный, деревянныйи т. д.).

Дошкольники могут использовать в речи сложные случаи грамматики: несклоняемые существительные, существительные множественного числа в родительном падеже, следовать орфоэпическим нормам языка; способны к звуковому анализу простых трёх звуковых слов.

Дети учатся самостоятельно строить игровые и деловые диалоги, осваивая правила речевого этикета, пользоваться прямой и косвенной речью; в описательном и повествовательном монологах способны передать состояние героя, его настроение, отношение к событию, используя эпитеты и сравнения.

Круг чтения ребёнка 5-6 лет пополняется произведениями разнообразной тематики, в том числе связанной с проблемами семьи, взаимоотношений со взрослыми, сверстниками, с историей страны.

Ребенок к 6 годам свободно называет свое имя, фамилию, адрес, имена родителей и их профессии.

Мышление: Возраст 5-6 лет можно охарактеризовать как возраст овладения ребёнком активным воображением, которое начинает приобретать самостоятельность, отделяясь от практической деятельности и предваряя её. Образы воображения значительно полнее и точнее воспроизводят действительность.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы — формировать знания в области хореографической культуры, развивать

творческие и исполнительские способности детей.

Задачи обучения и воспитания детей:

- ✓ научить владеть своим телом;
- ✓ развить музыкальный, ритмический слух, физические качества и качестваличностные;
- ✓ соразмерно формировать танцевальные способности;
- ✓ научить простейшим элементам танца различных жанров (детский эстрадный танец, народный танец);
- ✓ воспитать культуру поведения в коллективе, умение преодолевать трудности, упорство, дисциплину, аккуратность.
- ✓ развитие гибкости, пластичности, мягкости движений;
- ✓ воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Занятие хореографией	64	12	52	Творческое задание

Содержание учебного плана

№ п/п	Название темы	Общее кол-во часов	В том числе	
			теории	практики
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Азбука движения	12	2	10
3	Общеразвивающие, танцевально-образные движения.	8	1	7
4	Основные виды танцевальныхдвижений.	12	2	10
5	Портерная гимнастика	11	1	10
6	Пространственные перестроения.Рисунки танца	9	2	7
7	Танцевальные композиции. Учебно-тренировочная работа.	10	3	7
	ИТОГО:	**64**	**12**	**50**

Содержание программы

Азбука движения:

1. Ходьба:

(Различные виды шагов)
Со сменой темпа (медленно и быстро)
Сменой характера (маленькие ножки и большие ноги) Сменой направления движений
По кругу
Колонкой
«Змейкой»
«Звездочкой»
По одному (врассыпную)
В паре.

2. Бег:

Легкий (на месте, с продвижениями)
Поднимая колено высоко вперед
С захлестом голени назад Выбрасывая прямые ноги вперед.

Бег в сочетании с другими движениями

3. Прыжки:

Высокие,
С акцентом вверх,
С сильно вытянутыми коленями и стопами, на 1/4 такта. С выбрасыванием ноги вперед
С выбрасыванием ноги в сторону С выбрасыванием ноги назад.

Варианты:

На двух ногах
На одной ноге С двух на одну С одной на две
В повороте на 90 градусов

4. Подскоки:

Вперед
Назад
В сторону
На двух ногах на месте
Подскок на одной ножке
Подскоки в сочетании с другими движениями

5. Галоп: (музыка)

Прямой
Боковой.
Галоп можно выполнять
Соло
В паре
С разворотом корпуса лицом в круг и лицом из круга, добавляя руки. В сочетании с хлопками
В сочетании с притопами
В сочетании с подсоками вокруг себя

6. Упражнения для рук, кистей, пальцев:

Являются частью разминки
Включаются в танцевальные элементы
Включаются в танцевальные комбинации, этюды и игры.

Танцевальные движения.

1.Простой танцевальный шаг

Приставной шаг
С последующим приседанием в направлениях: (вперед, в сторону, назад)
Переменный шаг:

2. "Веревочка» - *вперед.*

3. "Ковырялочка" *– (перед собой, в сторону, в сочетании с бегом и притопом)*

По мере усвоения, к движению ног прибавляется движения корпуса (наклоны, повороты) головы и рук.

4.Хлопки:

В паре - варианты хлопков по ладоням партнера.

6.Ориентация в пространстве

Использовать все разнообразие композиционного рисунка:Круги

Линии

«Звездочки»

«Плетень»

«Корзиночку»

«Воротца»

«Змейку»

«Улитку».

Способствовать самостоятельному выбору рисунка детьми, развивать способность разводить любой рисунок самостоятельно, под разнохарактерную музыку.

Танцуем в паре

Положение ("лодочка»)

Партнер держит партнершу за руку, с опущенной рукой, высоко поднятой, вытянутой рукой

Партнерша стоит справа от партнера, левая рука у нее на правом плече у партнера, правая рука - за юбочку. Партнер держит партнершу правой рукой за талию, левая рука у него на поясе.

Репертуарный план

Месяц	Игры превращения, игра-танец	Танцевальные композиции
Октябрь	Игра – танец: **«Птички и ворона»** муз. А. Кравцович **«Ручками похлопаем»**	**«Робот Бронислав»** Ю. Энтин А. Рыбников
Ноябрь	Игра – танец: **«Найди себе пару»** муз. М. Спадавеккиа, «Добрый жук» **«Делай с нами»**	**«Волшебный цветок»** Муз. Ю. Чичков
Декабрь	Игры превращения и на развитие воображения: **«Кошка выпускает когти»** **«Гномы»**	*Танцевальные композиции:* **«Новогодние игрушки»**
Январь	*Игры превращения и на развитие воображения:* **«Иголка с ниткой»** **«Запрещенное движение»**	**Повторение выученных ранее композиций.**
Февраль	*Игра – танец:* **«Весёлая стирка»** Муз. Т. Спенсера «Воздушная кукуруза»	**«Буратино»**
Март	*Игры превращения и на развитие воображения:* **«Затейники», «Канон»**	**«Далеко от мамы»** Группа «Барбарики»
Апрель	*Игра – танец:* **«Танцуйте сидя»** Муз. Б. Савельева	**«Полька тройками»**

Май	Игры превращения и на развитие воображения: **«Паровозики»**	**Повторение выученных ранее композиций.**

1.4. Планируемые результаты освоения программы

К концу года дети:

- осваивают правильную постановку корпуса, основныеположения рук, позиции ног.
- Знают о назначении отдельных упражнений хореографии, передают хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.
- Имеют навык легкого шага с носка на пятку, чувствуют характер музыки и передают его танцевальными движениями, самостоятельно исполняя программные танцы. Умеют придумывать движенияк игровым образам.

Качество приобретенных знаний проверяется в течение года, для этой цели проводится два раза в год мониторинг достижения ребенком планируемых результатов освоения программы. Кроме этого, результат отслеживается в участии в мероприятиях детского сада, в концертах, тематических праздниках, фестивалях, конкурсах.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Формы контроля и оценочные материалы

Оценочные мероприятия

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий

В процессе оценки используется 3-х бальная шкала.

Первому уровню (низкому) соответствуют следующие характеристики детей: они без особого труда повторяют несложные упражнения в след за учителем, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание танцевальной музыки.

Второй уровень (средний) характеризуется свободными произвольными движениями детей, легкостью, гибкостью, быстротой движений, реагированием на звучание танцевальной музыки (притопывание в такт, хлопанье в ладоши, повороты головы, туловища в такт). Однако, этому уровню свойственна слабаятворческая активность детей. Третий уровень (высокий) предполагает высокую двигательную активность детей, хорошую координацию в пространстве, слаженность отдельных частей движения в целостном двигательном акте, свободную двигательную ориентациюпод музыку, способность к танцевальной импровизации. Диагностический пакет тестовых методик включает в себя три тестовых блока:

1. Тест на определение способности детей к быстрой координации в пространстве. Блок предполагает следующее задание для ребят: проскакать по начерченной мелом траектории сначала на правой ноге, а затем на левой. Правильность выполнения задания оценивается в зависимостиот качества выполнения от 1 до 3 баллов (в соответствии с вышеуказанными уровнями).
2. Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п. Результатыоценивались от 1 до 3 баллов (в соответствии с разработанными уровнями) и заносятся в табл.
2. Тест на определение двигательной активности детей. Детям предлагается повторить элементы танца, показанные руководителем. Можно пригласить для показа детей из старшей танцевальной группы или показ педагога. Показываются отрывки из «танцующих утят» и элементы рок-н-рола. Дети под музыкальное оформление должны были повторить их действия. Результаты этого теста в зависимости от исполнения детей оценивались от 1 до 3 баллов (в соответствии с вышеуказанными уровнями).

Формой контроля, подведения итогов реализации программыявляется творческое задание: участие в концертах, конкурсах, фестивалях. Отчётный концерт перед работниками, воспитанниками ДОО и родителями.

2.2. Условия реализации программы

Строение занятия

1. Разминка.
2.Партерная гимнастика.

3. Ориентировка в пространстве.
4. Разучивание танцевальных элементов.

5. Танцевальные композиции.
6. Игры на развитие творческого воображения, игровые танцы.

В программе используются следующие методические приемы:

- показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения,под счет;
- выразительное исполнение движения под музыку;
- словесное пояснение выполнения движения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- творческие задания.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Все новые движения изучаются в «чистом» виде. Если движение трудное и достичь его правильного исполнения сразу нельзя, то изучают сначала элементы, подготовительные упражнения. Систематическое повторение одного упражнения значительное число раз позволит добиться лучшей техники исполнения. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении, занятие не должно быть моторным. Нужно разнообразить задания, чтобы они всегда оставались занимательными для воспитанников. Для обучения танцам детей дошкольного возраста используется игра. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», - писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Кроме танцевальных элементов на занятиях кружка дети знакомятся с различными упражнениями связанные с отчетом ритма, что дает ребенку возможность безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта и развивает чувство музыкального ритма.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия обращается внимание детей на активность мышц лица. И поэтому для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии в занятия включены музыкальные этюды и игры, импровизации. Музыка подобрана к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

На протяжении всех занятий, особенно на их начальном этапах, очень важно следить за формированием правильной осанки детей. С этой целью даются задания на укрепление мышц спины.

Основные педагогические принципы, которые используются на занятиях:

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику кружка);
- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок);
- принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий);
- игровой принцип (занятие стоится на игре);
- принцип сознательности, активности (сознательное, заинтересованное отношение ребенка к своим действиям);
- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- принцип наглядности (практический показ движений).

Итогом занятий является танец. Танец, поставленный на основе выученных движений, помогает развить танцевальность. Преодолевая технические трудности, дети приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность.

Сведения о педагоге

Данную программу реализует музыкальный руководитель Пометко Р.А., высшее профессиональное образование, высшая квалификационная категория, педагогический стаж работы – 35 лет.

Материально-техническое обеспечение

- Наличие репетиционного зала.
- Фортепиано.
- Музыкальный центр, компьютер.
- Зеркало.
- Подборка репертуара.
- Записи аудио, видео, формат CD, MP3.

Список использованной литературы.

1. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика» программа по ритмической пластике С-Петербург 2000г.
2. Т.Ф. Коренева «В мире музыкальной драматургии» Методическое пособие по ритмике Москва 2000г.
3. С.Л. Слуцкая «Танцевальная мозаика» Хореография в детском саду. Линка – Пресс Москва 2006 г.
4. Костина «Камертон» Программа музыкального образованияЛинка–Пресс 2008 г.
5. О. Киенко «Азбука танца и танцевальные движения для дошкольников», 2015