

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Гнездышко»

**РАССМОТРЕНА**  
на педагогическом совете  
МАДОУ «ДС «Гнездышко»  
Протокол № 1 от «31» августа 2022 г



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
(художественно-эстетической направленности)

**«Танцевальная мозаика»**

на 2022-2023 учебный год

ФИО педагога: Стрижова Л.В.  
Должность: старший тренер

г. Новый Уренгой  
2022 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1.Целевой раздел	<b>3</b>
1.1.Пояснительная записка	<b>3</b>
1.2. Цели и задачи Программы	<b>4</b>
2.Содержательный раздел	<b>5</b>
2.1. Перспективное планирование образовательной работы с детьми 5-7 лет	<b>8</b>
3. Организационный раздел	<b>11</b>
3.1.Материально-техническое обеспечение программы	<b>14</b>

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

Хореографическое искусство – значимая часть духовной культуры человека и одна из составляющих его творческого саморазвития и эстетического сознания. Формирование эстетического вкуса средствами уроков хореографии как части образовательного и воспитательного процесса, выступает как одна из конкретных возможностей раскрытия личности подрастающего человека.

Данная программа разработана в соответствии с общей концепцией воспитания и современными методиками, и формами обучения танцам; обеспечивает развитие детей и активизацию их познавательных интересов в свободное время в области танцевального искусства.

Танцевальное воспитание предполагает приобретение знаний и навыков в области хореографии, формирование художественного вкуса. Обучение танцам сочетает средства музыкального, пластического, спортивно-физического, художественно-эстетического развития и образования. Занятия танцами учат детей слушать и воспринимать музыку, передавать в движении ее образы, эмоциональное состояние, развивают музыкально-двигательные навыки и эстетический вкус; общаться посредством движения, работать в команде, сосредотачиваться, импровизировать.

В программу заложена идея приобщения детей к танцевальной культуре с помощью обучения их основам хореографии и современных танцев. Танцы затрагивают музыкальную, спортивную, творческую сферы жизни и относятся к группе сложнокоординационных видов досуговой деятельности. Танцевальное искусство, давая выход энергии детей, наполняет их бодростью, удовлетворяет потребность в празднике, в зрелище, игре.

Танцы для дошкольников построены на изучении основных средств выразительности (движения и позы, пластика и мимика, ритм и темп), которые связаны с эмоциональными впечатлениями маленького человека от окружающего мира. Детский танец начинается с ритмики, где изучаются простые движения, формируются навыки передачи с помощью движения эмоциональных оттенков (танцуем спокойно, бодро, весело, плавно или резко), навыки выполнения движений в различных темпах. Часто занятия больше похожи на игру. Наряду с четко определенным построением урока, состоящего из тренировочных движений, следует включать упражнения, позволяющие ребенку свободно, произвольно двигаться, «выплескивать» эмоции, фантазировать и проявить себя в игре.

Игра и движение – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, они всегда готовы играть и двигаться. Игра как способ познания действительности – одно из главных условий развития детского воображения и самостоятельности. Игра снимает усталость и дает простор лучшим силам и свойствам ребенка, развивает сообразительность, находчивость, инициативу, мышление, воображение и творческие способности. Игра способна трудную работу сделать легкой и увлекательной; рождает стремление переносить трудности, которое необходимо любой трудовой деятельности. Игры вызывают чувства сопричастности и переживания совместного успеха. В игре легко и незаметно для ее участника формируются способности взаимодействия с людьми.

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 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.

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» составлена с учетом **нормативно-правовых документов:**

- Федеральный закон от 29.12.12 №273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Постановление Главного государственного санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций;

- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

А также на основе методических рекомендаций А.И. Бурениной, О.Н. Калининой.

**Срок реализации программы – 1 год.**

## **1.2. Цели и задачи Программы**

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

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- 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.
- Воспитать музыкальные 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.

Программа рассчитана на один год обучения и рекомендуется для занятий детей с дошкольного возраста. Рабочая программа танцевального кружка предлагает проведение занятий 2 раза в неделю. Исходя из календарного года (с 1 октября по 31 мая) количество

часов, отведенных для занятий танцевального кружка 64 ч.

Продолжительность	Количество в неделю	Количество в год
25 мин.	2	64 час

Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (октябрь), итоговая (май).

**Приоритетные задачи:** развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

## 2. Содержательный раздел

### Основное содержание:

#### Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения, и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3 частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;
- развитие способности различать жанр произведения – плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях.
- Понятие о метре, ритме, ритмическом рисунке. Воспроизведение разнообразных ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши, притопов ног, позднее в сочетании с простыми танцевальными движениями. Понятие сильных и слабых долей. Упражнения на акцентирование «сильной» первой доли такта: ударом мяча, притопом ноги, хлопком в ладоши. Прыжком, передачей куклы, взмахом платка и т.д.

#### Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

##### Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным» шагом, с ускорением замедлением;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;
- прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «легкий» и «сильный» и др.;

*элементы классического танца* – изучаются на середине зала при неполной

выворотности ног. Постановка корпуса, ног, рук, головы: позиции ног – 1, 2, 3. Позиции рук – подготовительное положение, постановка кисти. Музыкальный размер: 4/4 – 1 такт; 3/4 – 4 такта;

*партерный экзерсис:* упражнения на напряжение и расслабление мышц, упражнение на исправление осанки, упражнение на укрепление мышц спины, упражнение на выворотности ног, танцевального шага, упражнение на укрепление брюшного пресса, упражнение на развитие подвижности голеностопа, коленного, тазобедренного суставов.

*общеразвивающие упражнения* – на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

*имитационные движения* – различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущение тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе» и т.д.);

*плясовые движения* – элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

### **Развитие умений ориентироваться в пространстве:**

- самостоятельно находит свободное место в зале;
- перестраиваться в круг;
- становится в пары, и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны;
- самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль», «шеренга», «колонна», «диагональ» и др.).

### **Развитие творческих способностей:**

- развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

### **Развитие и тренировка психических процессов:**

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – по фразам;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления – на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);
- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например, «Рыбки легко и свободно резвятся в воде».

### **Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам;
- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;
- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр);

• воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослого: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

#### **Танцевальные композиции:**

**Парные композиции.** Знакомство с основными правилами поведения в паре: приглашение на танец, постановка исполнителей в паре. Положение корпуса лицом друг к другу, лицом по линии танца. Положение рук взявшись за одну руку, за две руки, крест на крест. Воспитание уважительного отношения партнеров друг к другу.

**Изучение образных танцев:** «Весёлая прогулка», «Мяу», «Пингвины», «Улыбка» и т.д.

**Изучение классических бальных танцев:** «Полька», «Вару-вару», «Сударушка», «Русский лирический», «Фигурный вальс».

**Диско танцы:** «Паровозик», «Чебурашка», «Кукареку», «Стирка», «Утята», «Чунга-чанга», «Разрешите пригласить», «Чарльстон», «Ламбада». (по выбору преподавателя).

**Изучение спортивных танцев:** «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Самба», «Ча-ча-ча».

#### **Показатели уровня развития детей:**

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

#### **Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

##### **Учащийся будет знать:**

- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- простейшие построения (фигуры и рисунки танца);
- понятия «сильной» и «слабой» доли в такте;
- хореографические названия изученных элементов;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- знать позиции ног, позиции рук

##### **Воспитанник будет уметь:**

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

Итоговое занятие проводится в форме открытого занятия или концерта. Открытое занятие или концерт является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации учащихся.

## 2.1. Перспективное планирование образовательной деятельности

Ме- сяц	Направление работы	Программные задачи	Коли-во часов в месяц
<b>О К Т Я Б Р Ь</b>	Образно-двигательные действия	Упражнения: - передвижение в обход, шагом, бегом; - бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); - повороты переступанием по команде; - ориентировка в пространстве: налево, направо, в круг, из круга, повороты по кругу; - построение в круг, передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом, за ведущим.	<b>8</b>
	Ритмические игры	- развитие умений находить свое место на ковре, в кругу, игра «Найди свое место» Игра «Повтори как я» - отхлопывание ритма, - хлопки на каждый счет; - шаги на каждый счет.	
	Общеразвивающие упражнения	Сочетание основных движений прямыми и согнутыми руками за голову, к плечам, на пояс	
	Танцевальные шаги, танцевальные композиции	- шаг с носка на носок; - приставной и скрестный шаг в сторону; - ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием колена («цапля») - «Паровозик», «Кукареку», «Вару-вару»	
	Музыкально-подвижная игра	«Нитка – иголочка» «Танцевальное эхо» «Найди свое место» (построение в круг, в шеренгу)	
	Упражнения на расслабление мышц	- потряхивание рук в положении лежа на спине; - потряхивание ног в положении лежа на спине; - имитационные, образные упражнения	
<b>Н О Я Б Р Ь</b>	Образно-двигательные действия	Упражнения: - передвижение в обход, шагом, бегом; - бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); - повороты переступанием по команде; - ориентировка в пространстве: налево, направо, в круг, из круга, повороты по кругу; - построение в круг, передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом, за ведущим.	<b>8</b>
	Ритмические игры	Игра «Найди свое место» (построение в круг, в шеренгу, две шеренги),	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- отхлопывание ритма,</li> <li>- хлопки на каждый счет и через счет;</li> <li>- шаги на каждый счет и через счет.</li> </ul>	
	Общеразвивающие упражнения	Сочетание основных движений прямыми и согнутыми руками за голову, к плечам, на пояс	
	Ритмический танец	<ul style="list-style-type: none"> <li>- шаг с носка на носок;</li> <li>- приставной и скрестный шаг в сторону;</li> <li>- ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием колена («цапля»)</li> <li>- «Чебурашка», «Утята», «Вару-вару»</li> </ul>	
	Музыкально-подвижная игра	«Часики» «Поезд»	
	Упражнения на расслабление мышц	<ul style="list-style-type: none"> <li>- потряхивание рук в положении сидя и стоя;</li> <li>- потряхивание ног в положении сидя и стоя в образно-игровой форме</li> </ul>	
<b>Д Е К А Б Р Ь</b>	Строевые упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта (счет 1 и 3 музыкального размера);</li> <li>- ходьба на носке на сильную долю в вальсовом размере;</li> <li>- построения в шеренгу, в круг;</li> <li>- передвижения по кругу в различных направлениях;</li> <li>- бег в рассыпную;</li> <li>- перестроения из одной шеренги в несколько по ориентирам и сигналу</li> </ul>	<b>8</b>
	Игроритмика	- отхлопывание ритма, Игра «Ритмическое эхо»	
	Танцевально-ритмическая гимнастика	- комплекс общеразвивающих упражнений из пройденного материала, выполняемого под музыку	
	Ритмический танец	«Часики», «Полька», «Ча-ча-ча»	
	Музыкально-подвижная игра	«Роботы и снежинки»	
	Упражнения на расслабление мышц, восстановление дыхания	«Снежинки»	
	<b>Открытое занятие для родителей</b>		
<b>Я Н В А Р Ь</b>	Строевые упражнения	- построение в круг, передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом, за ведущим Игра «Шишки, желуди, орехи»	<b>6</b>
	Танцевальные шаги	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба на полупальцах;</li> <li>- бег на месте и с продвижением вперед, с высоким подниманием колена («лошадки»)</li> </ul>	
	Ритмический танец	Полька «Старый жук»	
	Танцевально-ритмическая гимнастика	- комплекс общеразвивающих упражнений из пройденного материала, выполняемого под музыку	

		- «Медленный вальс», «Ча-ча-ча», «Полька»	
	Музыкально-подвижная игра	«Спортсмены»	
<b>Ф Е В Р А Л Б</b>	Танцевальные шаги	- прыжки с ноги на ногу, с поворотом 360 градусов; - приставной и скрестный шаг в сторону; - переменный шаг	<b>8</b>
	Игроритмика	Игра «Назови себя» (прохлопывание своего имени)	
	Ритмический танец	«Ну, погоди!» - образно-беговое упражнение - «Медленный вальс», «Фигурный вальс», «Ча-ча-ча», «Самба»	
	Образно-слуховая гимнастика	- различие динамики звука «громко - тихо»; - комбинирование образно-двигательных действий;	
	Музыкально-подвижная игра	«Найди предмет»	
	Хореографические упражнения	- комбинация из танцевальных шагов и бега; - полуприседы; - повороты на право (налево), переступая на носках	
<b>М А Р Т</b>	Образно-двигательные действия	Упражнения «березки и дубы»	<b>8</b>
	Игроритмика	Игра «Веселые озвучки ритма»	
	Ритмический танец	«Россия – мы дети твои»	
	Музыкально-подвижная игра	«Самолеты»	
	Упражнения на расслабление мышц	«Роботы и звездочки»	
	Ритмические игры	«Веселый ритм тела»	
	Общеразвивающие упражнения	- бег с захлестами по кругу, на месте; - приставной шаг вперед, назад; - «звездочка»	
	Ритмический танец	«Мы - маленькие звезды» - «Быстрый фокстрот», «Самба», «Сударушка», «Полька»	
	Музыкально-подвижная игра	Игра «День – ночь»	
Упражнения танцевально-ритмической гимнастики	«Упражнения с лентами» (платочками, шарфами, полотнами)		
	Образно-двигательные действия	Упражнения «березки и дубы»	<b>8</b>
<b>А П Р Е</b>	Музыкально-подвижная игра	«Спортсмены»	
	Упражнения на расслабление мышц	«Роботы и звездочки»	

<b>Л Б</b>	Ритмический танец	«Веселый ритм тела» - «Быстрый фокстрот», «Самба», «Ча-ча-ча», «Фигурный вальс»	
<b>М А Й</b>	Образно-двигательные действия	Повторение всего пройденного материала за год	<b>8</b>
	Ритмические игры		
	Общеразвивающие упражнения		
	Ритмический танец		
	Музыкально-подвижная игра		
	Упражнения на расслабление мышц		
	<b>Отчётное мероприятие для родителей в форме открытого занятия или концерта</b>		
<b>Итого в год: 64 условных часов в месяц</b>			

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Материально – техническое обеспечение

1. Музыкальный зал.
2. Нотно-методическая литература.
3. Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности:
  - а) Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
  - б) Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. - 203 с.
  - в) Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. -М.: Скрипторий, 2003, 2006. - 72 с.
  - г) Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. - М.: Айрис-пресс, 2006. - 112 с.
  - д) Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. -СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
  - е) Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
  - ж) Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. - СПб.: Музыкальная палитра, 2006. - 44 с.
  - з) Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.
4. Аудиокассеты, СД – диски, видеодиски.
5. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
6. Фортепиано.
7. Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.
8. Пинаева Е. Польки, вальсы, марши для детей. Учебно-методическое пособие. – Пермь ОЦХТУ «Росток», 2005
9. Барышников Т. Азбука хореографии. (Внимание: дети).- М. Ральф, 2000
10. Уолтер Лэрд Техника латиноамериканских танцев, М., Артис, 2003
11. Гай Говард Техника европейских танцев, Москва, 2003