

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА  
«ГОРОД КАЛИНИНГРАД»  
Комитет по образованию  
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
города Калининграда детский сад № 129

Россия, 236013, Калининградская область,  
г. Калининград, ул. Алданская 22в

Электронная почта: [sad129@eduklg.ru](mailto:sad129@eduklg.ru)  
73-60-53; 73-60-54; 73-60-58

Программа рассмотрена и одобрена на  
заседании педагогического совета  
МАДОУ д/с №129  
Протокол от «22» 02 20 18 № 3

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ д/с №129  
Е.В. Манчук  
Приказ от «22» 02 20 18 № 293/6



**Дополнительная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Звёздочка-3»**

Составитель:  
музыкальный руководитель  
Алексеева Т.В.

Возраст детей: 4-5 лет  
Количество часов в год: 72ч.  
Срок обучения: 1 год

г. Калининград,  
2017-2018уч.г.

## Пояснительная записка

В дошкольном возрасте активно развиваются специальные способности детей, прежде всего художественные. Дошкольное детство создает благоприятные условия для их формирования. Дошкольник включен во все многообразие художественных видов деятельности. Он поет, танцует. Это создает возможность для проявления специальных способностей, в том числе музыкальных. Высшим проявлением способностей является талант.

Возможность выразить свои чувства в танце, внимательно слушая музыку, в огромной степени способствует эмоциональному, духовному, физическому развитию дошкольника. Сочетание духовного и физического необходимо для развития личности ребенка.

Работа с детьми по обучению музыкально-ритмическим навыкам показала, что в каждом ребенке заложен огромный эмоциональный, творческий, физический потенциал. Задача хореографа – создать условия для его раскрытия и развития.

Данная программа “**ЗВЕЗДОЧКА**” направлена на обучение хореографии детей с 4 до 5 лет и рассчитана на один год обучения.

**Цель программы** – выявление, раскрытие и развитие специальных (художественных) способностей каждого воспитанника, развитие личности дошкольника.

### **Задачи программы:**

- Создание условий для развития способностей детей.
- Развитие интеллектуального, физического, духовного, творческого потенциала воспитанников.
- Выявление и развитие особо одаренных детей.
- Организация полноценной культурно-досуговой деятельности.
- Привитие навыков здорового образа жизни.

Программа способствует обновлению содержания дошкольного образования. Работа по данной программе формирует у дошкольников навыки танцевальной техники, превышающие базовую образовательную программу, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

### **Структура программы:**

1. Задачи программы по возрастным группам (Приложение 1).
2. Учебно-тематический план по возрастным группам на год (Приложение 2).
3. Содержание программы по возрастным группам по разделам (Приложение 3):

- упражнения для развития техники танца (со средней группы - урок классического);
- упражнения на середине зала;
- коллективно-порядковые;
- ритмические упражнения;
- танцевальные игры;
- танцевальные элементы и композиции.

4. Предварительные результаты по возрастным группам по разделам (Приложение 4):

- коллективно-порядковые навыки и умения;
- музыкально-ритмические навыки и умения;
- навыки и умения выразительного движения.

Новизна программы заключается в том, что обучение хореографии на подготовительном этапе начинается с двухлетнего возраста с постепенным усложнением содержания, значительно превышающим базовую программу. Программа направлена на совершенствование традиционной практики по хореографическому и музыкально-ритмическому обучению детей дошкольного возраста.

Программа разработана с учётом принципов: систематичности, психологической комфортности, учёта возрастных особенностей, деятельностного подхода к развитию детей и ориентирована на развитие личности ребёнка.

### **Методические рекомендации к организации занятий**

Занятия осуществляются с учетом возрастных особенностей детей.

У детей от двух до трех лет формируется способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым (хлопать, притопывать ногой, полу приседать, совершать повороты кистей рук), умение начинать движения с началом музыки и заканчивать с ее окончанием.

Дети четвертого года жизни учатся двигаться в соответствии с характером музыки. Улучшается качество исполнения танцевальных движений, появляется умение двигаться под музыку ритмично, согласно темпу и характеру музыкального произведения.

На пятом году формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети могут самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.

На шестом году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается

произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

Дети седьмого года жизни имеют достаточно развитые двигательные навыки: ритмично ходить и бегать; легко, энергично, а также высоко поднимать ноги в коленях; скакать с ноги на ногу; самостоятельно строить круг, расширяя и уменьшая его; двигаться парами по кругу, сохраняя расстояние между парами; выполнять различные движения с предметами и без них; исполнять отдельные танцевальные движения (выставлять ноги вперед на прыжке, делать приставной шаг, с приседанием, полуприседанием, кружиться, продвигаясь вперед), способны передавать игровые образы различного характера.

Занятия хореографией проводятся, 2 раза в неделю, во второй половине дня, после дневного сна.

#### **Длительность занятий составляет:**

- в средней группе – не более 20 минут,

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- игры: сюжетные, несюжетные;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметом (шарами, лентами, цветами, мячами и пр.);
- задания на танцевальное и игровое творчество.

#### **Структура занятия состоит из трех частей:**

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.

#### **Используются различные 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, 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.

**Задачи программы по возрастным группам:**

**Средняя группа (от 4 до 5 лет):**

1. Освоить упражнения для развития техники танца:

I Урок классического танца:

- а) знакомство с позициями рук и ног
- б) полуприседание
- в) вытягивание ноги на носок

II Урок современного танца:

- а) базовые движения ног
- б) базовые движения рук

III Танцевальные элементы и композиции:

- а) элементы движений современного танца;
- б) хлопки в различных ритмических рисунках;
- в) ходьба («дорожка»)
- г) характерные прыжки, повороты

2. Выполнять самостоятельно (без показа, по словесной инструкции педагога) упражнения:

- ходить и бегать ритмично, ходить спокойным, бодрым шагом и с высоким подъемом

ног;

- скакать с ноги на ногу;

- легко, свободно выполнять прямой галоп;

- пружинящие движения;

- в прыжке поочередно выбрасывать ноги вперед;

- делать шаг на всей стопе с продвижением вперед и в кружении;

- приставной шаг с приседанием;

- поскоки;

- подготовительные упражнения к переменному шагу;

- поклон – приветствие.

3. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.

4. Самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки.

5. Менять движения со сменой частей музыкальных фраз.

6. Выразительно, ритмично выполнять движения с предметами, согласовывая их с характером музыки.

7. Развивать танцевально-игровое творчество;

8. Развивать творческую активность детей (выполнение творческих заданий).

9. Выработать у детей красивую осанку, подтянутость, внутреннюю собранность.

10. Учить детей импровизировать под музыку соответствующего характера, выразительно исполнять движения животных («Веселый козлик», «Неуклюжий пингвин» и др.).

11. Стимулировать формирование танцевальных навыков и умений; психических процессов: мышления, воображения; фантазии и импровизации.
12. Содействовать проявлению активности и самостоятельности.
13. Воспитывать нравственно-волевые качества (настойчивость, выдержку), умение действовать в коллективе, дружеские взаимоотношения в играх, умение подчинять свои интересы интересам всего коллектива.
14. Способствовать созданию устойчивого интереса к предмету.

**Учебно-тематический план****Средняя группа (4-5 лет):**

1	Организация студии. Собрание с родителями. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	сентябрь октябрь	1
2	Предмет «Современная хореография».		1
3	Коллективно-порядковые упражнения: «Встреча», «Ворота», «Змейка», «В круг».		2
4	Ритмические упражнения и игры: «Упражнение с цветами», «Качание рук», «Бег с ленточками».		3
5	Передача в движении ритмических рисунков (упражнение с предметами).		2
6	Подвижные игры: «Шуточка», «Ваня и Таня», «Бабочки», «Утята», «Карусель».		2
7	Элементы современного танца.		6
	<b>Итого</b>		<b>17</b>
1	Урок классического танца: - позиции ног, - позиции рук, - деми плие (полуприседание), - гран плие (глубокое приседание), - батман жете (выбрасывание ноги).	ноябрь декабрь	4
2	Современный танец: - основные положения рук, ног, головы, корпуса, - основные элементы современного танца (основной ход, повороты, прыжки).		7
3	Упражнения на середине зала.		1
4	Ритмические упражнения и игры: «Делаем красиво», «Упражнения с ленточками», «Веселая карусель», «Ловушка», «Займи домик».		3
5	Коллективно-порядковые упражнения: «Вертушки», «Передача мяча», «Цветные флажки».		2
6	Танцевальные элементы и композиции: - танцевальный шаг (шаг с носка), - хороводный шаг, - прыжки, - хлопки в различных ритмических рисунках, - «Птичий двор», «Снежинки».		7
	<b>Итого</b>		<b>24</b>



1	Урок классического танца: - рон де жам пар тер (круговое движение ногой по полу), - сюр ле ку де пье (положение ноги на щиколотке), - пасе (проходное движение).	январь февраль март	5
2	Современный танец: - основные элементы современного танца, - основные элементы современного танца в сочетании с гимнастическими упражнениями.		10
	<b>Итого</b>		<b>15</b>
1	Урок классического танца: - ре леве в позициях (подъем на полу пальцы обеих ног), - соте в позициях (прыжки на двух ногах с паузами), - пор де бра (упражнения для рук, головы и корпуса).	апрель май	10
2	Урок технического характера (ритмические навыки и музыкальная выразительность).		6
	<b>Итого</b>		<b>16</b>
	<b>Итого за год</b>		<b>72</b>

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Средняя группа (4-5 лет):**

Сначала дети исполняют движения лицом к станку, держась за палку обеими руками (позднее – одной рукой), поочередно правой и левой ногой.

### **Упражнения для развития техники танца**

#### **Урок классического танца**

- Знакомство с позициями ног и рук. Позиции ног: первая, вторая, третья, четвертая, пятая. Позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья.
- Полуприседание (деми плие) в первой, второй и третьей позициях.
- Вытягивание ноги на носок (батман тан дю) с паузами на каждой точке с первой позиции вперед – в сторону, позднее – назад.
- Круговое движение ногой по полу по точкам (рон де жамб пар тер) с остановкой вперед в четвертую позицию, в сторону – во вторую назад – в четвертую и в первую позиции.
- Выбрасывание ноги (батман жете) с первой позиции в сторону – вперед – в сторону – назад.
- Положение ноги на щиколотке (сюр лек у-де-пье).
- Проходное движение (пассе).
- Ударный бросок (батман шрапе) в сторону (в конце учебного года). Поднимание вытянутой ноги на  $45^{\circ}$  в сторону с первой позиции (релеве лан). Большой бросок ноги (гран батман жете) в сторону, на  $45^{\circ}$  с паузой на каждой точке.
- Подъем на полу пальцы обеих ног (релеве) в первой, второй, третьей, пятой позициях (лицом к станку).
- Наклоны корпуса назад и в сторону (лицом к станку).
- Прыжки (соте) на двух ногах с паузами в первой, второй и третьей позициях.
- Упражнение для рук, головы, корпуса (пор де бра).
- Позы.

#### **Упражнения на середине зала**

- Марш. Построение в шеренгу, колонну, круг.
- Перестроение из одной шеренги в две.
- Повороты на месте вправо, влево, кругом.
- Круг. Построение круга из колонны, из пар, построение маленьких кругов попарно, по четыре и т.д.
- Фигурная маршировка, ходьба парами, четверками: змейки, волны, гребешок, звездочки.

#### **Ритмические упражнения и игры**

- Движения в характере и темпе музыки (быстро, медленно).

- Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.
- Подвижные игры организующего характера с элементами соревнования.

#### **Коллективно-порядковые упражнения**

- 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.

#### **Танцевальные элементы и композиции**

- Танцевальный шаг (шаг с носка).
- Бег на полу пальцах.
- Прыжки.
- Элементы движений современного танца.
- Движения и танцевальные композиции, запланированные к постановке.
- Хлопки в различных ритмических рисунках.
- Танец.

**ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Средняя группа (4-5 лет):**

***1. Коллективно-порядковые навыки и умения:***

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

***2. Музыкально-ритмические навыки и умения:***

- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки), согласовывая их с характером музыки.

***3. Навыки и умения выразительного движения:***

- творчески использовать знакомые движения в свободных танцевальных этюдах, импровизациях, играх;
- бегать с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;
- двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами;
- бегать на полу пальцах;
- выполнять движения, отвечающие характеру музыки;
- выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах;
- ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга в рассыпную и обратно, подскоки;
- выполнять элементы классического урока;

- современный танец;
- выполнять движения с предметами;
- инсценировать хороводы;
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»).

### Методическое обеспечение программы

#### Средства обеспечения освоения программы

#### Аудио- и видео- пособия

Вид аудио- и видео- пособия				Наименования пособия
видеофильм	кинофильм	слайды	аудио- пособия	
		Презентация для детей младшего и среднего дошкольного возраста «Мой танец».	Подбор музыкального сопровождения для занятий.	
		Презентация для детей старшего дошкольного возраста «Что такое хореография?»	Подбор музыкального сопровождения для развлечений.	

#### Наглядный материал

Картины, предметные картинки	Модели, сигнальные карточки	Литература для детей
	Карточки разработанными упражнениями	

## 5. Материально-техническое обеспечение

### 5.1. Специализированные учебные помещения и участки

№ п/п	Наименование и принадлежность помещения	Площадь (кв.м.)	Количество мест
1.	Спортивный зал	74,95	30/37

## 5.2. Основное учебное оборудование

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Мячи	16
2.	Гимнастические палки	16
3.	Стойки	16
4.	Обручи	15
5.	Ребристая дорожка	2
6.	Гимнастическая скамейка	4
7.	Гимнастический мат	5
8.	Мягкая дорожка	2
9.	Мешочки с песком	15
10.	Мягкие модули	1 комплект
11.	Музыкальный центр	1

### Используемая литература:

1. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду [Текст] / Н.В. Зарецкая, З.Я. Роот. – М.: Айрис – пресс, 2013. – 112 с.: ил. – (Внимание дети!);
2. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика [Текст]: Хореография в детском саду / С.Л. Слуцкая. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2011. – 272 с + вкл.
3. “Программа воспитания и обучения в детском саду”, под ред. М.А. Васильевой, М., 2010 г.
4. “О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения”. Письмо МО РФ от 14.03.2000 г. № 65/ 23-16
5. Костровицкая В. “Сто уроков классического танца”, СПб, 2011 г.
6. Барышникова Т. “Азбука хореографии”, М., 2012г.
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М.,2011.
8. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2013.
9. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов Н./Д., 2013.
10. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2011.