

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ**  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  
**УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР**  
**«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 175»**  
Котовского ул. 125 г. Краснодар, 356049, тел/факс (861) 255-49-79

Принята  
Педагогическим советом  
Протокол от 30.08.2023 г. № 1

Утверждена  
Приказом заведующего  
МБДОУ МО г. Краснодар  
«Детский сад №175»  
от 30.08.2023 г. № 239/1  
\_\_\_\_\_ Казаченкова Г.В.

**Дополнительная общеобразовательная программа**  
**«Танцевальная мозаика»**



Составитель:

Педагог  
дополнительного образования  
Горбунова Виктория Викторовна

Краснодар, 2023

## **Содержание.**

Пояснительная записка.....	2
Структура и методика проведения занятий по ритмике и хореографии.....	6
Содержание программы.....	9
Информационное обеспечение программы.....	14
Список литературы.....	15

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Актуальность.**

Плавные, ритмичные движения под мелодичную, красивую музыку доставляют эстетическое наслаждение каждому и тем более детям. Танец органично сочетает в себе различные виды искусства: музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Танец развивает ребенка всесторонне. Он является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, его гармоничного, духовного и физического развития. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. В процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Программа дополнительного образования хореографического кружка разработана педагогом дополнительного образования Горбуновой В.В. в соответствии с особенностями ее функционирования на базе МДОУ «Улыбка» № 175 с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Данная программа является авторизованной. Составлена на основе программ художественно-эстетического развития, таких как «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, «Са-Фи-Дансе» Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина, «Народный танец» А.А. Климова, «Музыкально-ритмические движения» Т.С.Ткаченко и может быть использована в кружковой работе педагогов дополнительного образования.

Данная программа соответствует возрастным особенностям детей дошкольного возраста, направлена на всестороннее, гармоничное развитие, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками. В представленной программе существует система упражнений, разучивая которые дети приобретают

необходимые для исполнения танцев качество: устойчивость, выворотность, выразительность. Учитывая, что в коллективе дети занимаются не каждый день, мной отобраны лишь движения, необходимые для исполнения любых танцев и доступные всем детям, не имеющим длительной подготовки и физических данных. Детям, имеющим слабые мышцы спины и ног, не координированным в пространстве и не имеющим музыкально-ритмического развития. Занятия реализуется в форме кружковой работы, кружок по ритмике охватывает детей (5-7 лет) старшей и подготовительной группы. Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий.

В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец.

Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями.

Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания.

### **Новизна.**

Занятия рассчитаны на один год обучения. В старшей и подготовительной группах – по 56 учебных часов, что дает возможность использовать данную программу при организации платных образовательных дополнительных услуг не с сентября, а с октября-ноября. Таким образом, период реализации программы сокращается до 7 месяцев, исходя из возможностей учреждения. Занятия проходят 2 раза в неделю по 25-30 мин.

### **Цель и задачи программы.**

**Цель:** Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Задачи:

1. Укреплять здоровье:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- формировать красивые манеры, походку, осанку.
- содействовать профилактике плоскостопия;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.

2. Совершенствовать психомоторные способности дошкольников:

- Развивать силу, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений, умение преодолевать трудности, закалять волю.
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- Избавлять от стеснительности, зажатости, комплексов.

3. Развивать творческие и созидательные способности воспитанников:

- Воспитывать у детей интерес к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- Развивать логическое мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку;
- воспитывать психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе.

В конце года воспитанник:

- исполняет ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, и двигательные задания по креативной гимнастике;
- владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения;

- умеет хлопать и топать в такт музыки, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;
- хорошо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и умеют представить различные образы;
- знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;
- владеет навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- передает характер музыкального произведения в движении;
- выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

# СТРУКТУРА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО РИТМИКЕ И ХОРЕОГРАФИИ

В старшей группе выделены шесть направлений:

1. Ознакомление с пространственными отношениями;
2. Музыкально-ритмические движения;
3. Упражнения, предназначенные для разогревания мышц и развитие выносливости;
4. Партерная гимнастика;
5. Танцы;
6. Творческое воображение.

Направление «Танцы» включает детские, народные и балльные танцы. Здесь могут быть использованы этюды, составленные самим педагогом. Очень полезна этюдная работа над небольшими сюжетными танцами, отражающими нашу жизнь, сказочные сюжеты, животных, птиц, явления природы.

Направление «Творческое воображение»- это развитие творческих способностей в танцевальной деятельности. Дети учатся придумывать свои элементы, проявлять свои фантазии через пластику танца.

В подготовительной группе выделены пять направлений:

1. Ознакомление с пространственными перемещениями в танце.
2. Ознакомление с азбукой классического танца.
3. Партерная гимнастика.

4. Развитие танцевальных движений.

5. Развитие творческого мышления (креативности), воображения.

В подготовительной группе добавляется направление «Ознакомление с азбукой классического танца». В этом возрасте вводятся элементы классического экзерсиса. Для обозначения движений экзерсиса желательно использовать общепринятую терминологию на французском языке. Движения разучиваются и закрепляются у опоры, повернувшись к ней лицом, и на середине зала.

Построение занятия.

Любое занятие следует начинать с организованного входа в зал. Затем поклон, приветствие и сообщение задачи занятия. Рекомендуется проводить занятия в сопровождении рассказов, речитативов, во время которых педагог предлагает детям выполнить цель последовательных упражнений.

Учебный материал можно распределить на два занятия или в последующем повторить знакомые упражнения.

Все занятия ритмики выстраиваются в комплексе:

- включают материал из различных разделов и тем;
- предполагают развитие и закрепление знаний;
- работу над новым материалом;
- повторение пройденного;
- отдельные творческие задания.

Каждое занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной и



заключительной. Подготовительная часть занимает от 5 до 15 % общего времени (разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический настрой, сосредоточить внимание). Основная часть длится от 70 до 85 % общего времени. Здесь решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки. Заклучительная часть длится от 3 до 7 % общего времени. В этой части используются упражнения на расслабление мышц.

Педагог должен помнить о психологических и физических особенностях детей и так строить занятие, чтобы не переутомлять детей однообразными заданиями, чередовать моменты возбуждения и торможения.

Необходимым обеспечением учебного процесса является дидактический материал (игрушки, платочки, ленты и т.д.) и технические средства обучения (аудиотека, видеотека и т.д.).

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.**

### **Старшая группа (5-6 лет) - 56 учебных часов.**

#### **Ознакомление с пространственными отношениями.**

Развитие способностей у детей двигаться по рисунку танца, выполнять рисунки в пространстве, создавать самим всевозможные рисунки.

#### **Музыкально-ритмические упражнения.**

Развитие умения выполнять движения с точной передачей характера музыки в соответствии с темпом и ритмом.

Развитие умения использовать готовые элементы в этюдах на воображение, образное мышление.

#### **Упражнения, предназначенные на развитие выносливости, разогревание мышц.**

1. Обычный шаг с носка, на полу пальцах, пятках, с высоким подниманием коленей.
2. Обычный бег.
3. Бег с высоким подниманием бедра.
4. Боковой галоп
5. Ходьба на внешней стороне стопы.
6. Ходьба на внутренней стороне стопы.
7. Ходьба на полном приседе (полу приседе).
8. Прыжки по 6 позиции, на одной ноге, накрест, в чередовании.
9. Упражнения для рук.
10. Разминание мышц шеи.

## **Партерная гимнастика**

1. Круговые движения стопой.
2. Повороты корпуса сидя.
3. Потягивание спины, лежа на животе по 1 позиции без рук и с руками (лодочка).
4. Подъем рук, ног и головы.
5. Положение ноги врозь, наклоны.
6. Подъем корпуса из положения лежа в положение сидя.
7. Отведение ноги в сторону с вытянутым и сокращенным подъемом.
8. Подъем ног выворотной стопой и вытянутыми подъемом вперед на 25°, на 45°.
9. Свертывание в клубок.
10. Упражнение «книжка», «коробочка».
11. Пассивные и активные растяжки.

## **Танцы**

Обучение детей танцам начинается с того, что педагог называет движение, указывает на особенности его техники.

Танцевальный шаг начинается с правой ноги. В большинстве своем массовые танцы исполняются по кругу – по линии движения или линии танца.

Приступая к разбору и разучиванию танца, следует прослушать музыку, уяснить ее характер и стиль, разучить сначала отдельные движения танца, а затем и всю композицию.

## **Творческое воображение**

Знакомство с особенностями пластики тела, рук, головы. Выражение разного состояния или образа.

## **Репертуар старшей группы**

Танцы: «Цыплята», «Гномики», «Куклы неваляшки», «Морячка», «Восточный».

Этюды: «Поссорились- помирились», «Котята», «Кап-кап», «Первый снег», «Барбарики».

Музыкальные игры: «Гулливеры и лилипуты», «Музыкальные змейки», «Кто живет в лесу».

### **Подготовительная группа (6-7 лет)- 56 учебных часов**

#### **Ознакомление с пространственными перемещениями в танце**

Постановка танцев на основе несложной лексики, с более сложными перемещениями. Отработка танцевального номера, включающего не менее 6-8 рисунков в перестроении. Очень важны публичные выступления, где они могут проявить все свои творческие способности и быть одобрены взрослыми.

#### **Ознакомление с азбукой классического танца**

1. Постановка и развитие суставно-мышечного аппарата:
  - изучение позиции ног лицом к станку (1,2,3,4 позиции);
  - Battementtendi (в сторону по 1 позиции);
  - Demi-plie по 1,2,4 позициям;
2. Работа над постановкой корпуса.
3. Развитие гибкости корпуса:
  - перегибы назад, в сторону (стоя лицом к станку);
  - перегибы корпуса, на середине зала;
4. Работа над постановкой рук:
  - постановка рук в позициях 1,2.3 и подготовительный;
  - простейший вид port de bras;
5. Повороты и наклоны головы:
  - наклоны головы вправо, налево (ухо к плечу);
  - наклон головы вниз (подбородок на грудь);

-наклон головы чуть-чуть назад;

-поворот и наклон головы.

(Каждый педагог может выработать свою систему работы рук в portdebras).

6. К концу 2 полугодия начинать разучивание прыжков на середине зала:

-по 1 и 6 позициям;

-трамплинный прыжок с мягким demi-plie.

### **Партерная гимнастика**

1. Развитие выворотности, эластичности мышц стопы;

2. Развитие силы ног;

3. Развитие шага;

4. Развитие мышц спины, гибкости.

### **Развитие выразительности движений**

1. Развитие умения сконцентрировать внимание на предлагаемом материале (этюд, танец);

2. Развитие способностей запоминания материала (по частям и в целом).

3. Обучение по принципу «от простого к сложному»;

4. Отработка техники исполнения;

5. Выступление.

### **Развитие творческого мышления и воображения**

Освоение детьми этюдов на воображение, взаимоотношений пантомимы и танцевальной лексики. Самостоятельное составление несложных танцевальных этюдов.

### **Репертуар подготовительной группы**

Танцы: «Восточный», «Коляда», «Зеленые лягушки», «Эстрадный»

Этюды: «Дождь», «Снег», «Гадкий утенок», «Прогулка»

Музыкальные игры: «Кто быстрее», «Плетень», «К своим флажкам»

## ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### Музыкальный репертуар.

1. Банникова Л. «Птички»
2. Григ Э. «Утро»
3. Музыка Дж. Боттезини.
4. Музыка Л. Красева.
5. Музыка Е. Тиличеевой.
6. Филиппенко А. «Курочка»
7. Штраус И. «Полька»
8. «Наш Сосед» В. Темнова.
9. «Гномы» П. Базилая
10. «Морячка» О. Газманов
11. «Губки бантиком» Попков О.
12. «Цыплята» исп. Волочкова
13. «МапОТо» Араш
14. «Рыжик» Б. Климчук.
15. «Цветы» А. Рыбников
16. «Коляда» группа «Ивана Купала»
17. «Куклы неваляшки» А. Буренина.
- 18 «Тик-так» А. Островского
19. «Дождик» А.Варламова.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Т.К. Барышникова «Азбука хореографии». Методическое пособие в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий –СПб.: «Люкси», «Респекс.»
2. Ж.Е. Фирилева, Е.Г., Сайкина СА-ФИ-ДАНСЕ Танцевально – игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «Детство-пресс», 2016г.
3. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика»: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста- СПб.: «ЛОИРО», 2000г.
4. А.А.Климов «Основы русского народного танца, М.: Искусство, 1981г.
5. Т.Ф. Коренева «Музыкально-ритмические движения» для дошкольного и младшего школьного возраста, Центр Владос 2001г.
6. Г.А. Колодницкий «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей». Учебно-методическое пособие для педагогов М: Гном – Пресс.2000г.
7. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М. ЛИНКА-ПРЕСС, 2006г.





