

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 24 «Золотая рыбка»  
(МБДОУ детский сад № 24 «Золотая рыбка»)

Принято на педагогическом  
совете протокол № 1  
от 30 августа 2024 года

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ детский  
сад № 24 «Золотая рыбка»  
Т.И.Сулемина  
30 августа 2024 года



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

кружковой деятельности дополнительного образования

художественной направленности

по хореографии

**«Пружинка»**

для детей 5–7 лет

на период с 2 сентября 2024 года по 31 мая 2025 года

Составитель:

Н.И.Ивлева,

Музыкальный руководитель

г. Ессентуки, 2024

## Оглавление

### **Раздел 1. Целевой**

- 1.1. Пояснительная записка
  - Цель и задачи реализации рабочей программы
  - Принципы формирования рабочей программы
  - Значимые для разработки и реализации рабочей программы возрастные и индивидуальные особенности
- 1.2. Планируемые результаты освоения программы

### **Раздел 2. Содержательный**

- 2.1. Содержание рабочей программы
- 2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы
- 2.3. Перспективный план работы кружка по хореографии
- 2.4. Взаимодействие с семьями

### **Раздел 3. Организационный**

- 3.1. Режим работы кружка
- 3.2. Описание материально-технического обеспечения программы
- 3.3. Список литературы

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

### 1.1. Пояснительная записка

Программа дополнительного образования художественно-эстетической направленности (хореографический кружок "Пружинка") составлена музыкальным руководителем Ивлевой Н.И. в соответствии с нормативными документами

-Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155.

Также программа учитывает рекомендации письма Минобрнауки России от 11.12.2006 года № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»

В основу положена программа "Ритмическая мозаика", разработанная А. И. Бурениной.

Направленность программы – осуществление хореографического образования дошкольников в свободное время, более широкое приобщение воспитанников к искусству.

### **Актуальность программы**

В годы дошкольного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности в движениях.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Решение вышеизложенных задач возможно реализовать в процессе хореографического образования детей дошкольного возраста.

***Цель и задачи программы:***

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

Исходя из цели, предусматривается решение следующих **основных задач:**

1. Развивать творческие способности воспитанников.
2. Развивать двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость, координацию движений, силу, выносливость.
3. Дать основы музыкально-двигательной культуры.
4. Развивать танцевальные способности.
5. Развивать потребности самовыражения в движении под музыку.
6. Способствовать укреплению здоровья детей: способствовать развитию опорно-двигательного аппарата; формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания.
7. Формировать творческие способности: воображение и фантазию.
8. Содействовать формированию нравственно - коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим, чувства такта и культурного поведения.

### **Принципы формирования программы:**

- индивидуализация (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичность (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядность (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемость материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательность и активность (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

### **Значимые характеристики программы**

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);

- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;

- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Программа предназначена для обучения детей 4 – 7 лет

Программа реализуется в течение второй половины дня пребывания воспитанников в детском саду.

Основными участниками реализации программы являются: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

## **1.2. Планируемые результаты освоения программы**

Обучая дошкольников по данной программе, к концу года мы добиваемся следующих результатов:

**Первый год обучения.** Дети имеют представления о структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. Имеют представления об элементарных построениях и перестроениях: линия, колонна, круг, движения по линии танца и против линии танца. Имеют представление о русском народном танце: простейшие хлопки, взмахи платочком и кистью, притопы, приставные шаги, танцевальные движения. Грамотно владеют своим телом, правильно выполнять повороты, приседания, наклоны и т. д.

**Второй год обучения.** Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения 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.). 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 ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

**Третий год обучения.** 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.). Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений. Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

### **Общие:**

- дети с удовольствием посещают занятия, они активны и эмоциональны;
- каждый ребёнок может осознанно повторить выученные элементы танцев;
- родители интересуются занятиями детей;

- педагоги активно используют полученные умения детей на различных мероприятиях;
- выявление и привлечение способных детей к расширенным и углубленным дополнительным знаниям.

Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

По итогам освоения программы планируется достижение следующих результатов:

1 год обучения: Дети должны знать и уметь:

- правила поведения в музыкальном зале;
- выполнять движения правильно, плавно, без рывков;
- слушать и слышать музыку;
- правильно дышать;
- координировать простейшие танцевальные движения

2 год обучения: Дети должны знать и уметь:

- названия и правила выполнения танцевальных движений;
- правила поведения в хореографическом зале.
- ориентироваться в музыкально-пространственных упражнениях;
- овладеть начальной танцевальной памятью;
- слушать и слышать музыку, различно двигаться под музыку;
- учить расслабляющим упражнениям и правильному дыханию.
- названия и правила выполнения упражнений классического танца;
- названия и правила выполнения портерного экзерсиса;
- правильно дышать;
- координировать простейшие танцевальные движения;
- различать танцевальную музыку, акцентировать сильную долю.

3-й год обучения: Дети должны знать и уметь:

- названия и правила выполнения элементов современного танца
- названия и правила выполнения европейского танца – вальс;
- координировать танцевальные движения, ориентируясь в пространстве музыкального зала;
- уметь выполнять танцевальную связку из нескольких элементов под музыку;
- правила поведения в хореографическом зале.

### **Критерии определения уровня усвоения программы**

А. С трудом повторяет танцевальные движения после показа педагога, хотя присутствует желание воспроизводить движения также хорошо. Навыков выразительности нет.

Б. Выполняет танцевальные движения хорошо, владеет навыками эмоционально-выразительного исполнения.

В. Имеет творческое воображение, импровизирует, танцевальные движения эмоционально окрашены, имеет навыки актёрской выразительности. Сразу может повторить после показа педагога.

### **Формы подведения итогов**

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговое занятие;
- открытые занятия для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

### **Содержание деятельности по освоению программы**

Целостный процесс обучения танцам условно подразделён на три этапа:

Начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению);

Этап углубленного разучивания упражнения;

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

**Начальный этап** обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например, изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

**Этап углубленного разучивания** упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

**Этап закрепления и совершенствования** характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям («дансантизм»);
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

### **Описание основных приёмов, методов программы**

**Игровой метод.** Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

**Наглядный метод** – выразительный показ под счет, с музыкой.

**Метод аналогий.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его

пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

**Словесный метод.** Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

**Практический метод** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

### **Структура деятельности (хореографическое занятие)**

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия - музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

### **Виды и типы деятельности (хореографических занятий)**

Занятия проводятся с применением различных структур:

I. Традиционное занятие

II. Тематическое занятие

III. Сюжетное занятие

IV. Игровое занятие

V. Занятие - импровизация

**I. Традиционные занятия** делятся на:

- обучающие;

- закрепляющие;

- итоговые.

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе.

Объясняется прием его исполнения. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других,

или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

## **II. Тематическое занятие**

Оно состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Цель занятия: Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительному исполнению движений.

На занятии используются:

1. Основные виды движений:

а) ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.;

б) бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.;

в) прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкое поскакивание и др.

2. Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц:

упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

2. Плясовые движения:

– элементы народных плясок, доступных по координации. Например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседание для девочек, и полуприсядка для мальчиков и др.;

- разучивание танцевальных упражнений: шаг польки, приставной шаг, поскоки и др., а также разучивание музыкально-ритмических композиций.

## **III. Сюжетное занятие**

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок.

В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные, образно-игровые движения, жесты раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях)

Цель занятия: развивать у детей умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным – персонажам сказок.

Развивать художественно-творческие способности посредством ритмической пластики.

Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения.

Занятие состоит из основных трех частей.

Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка».

Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию.

Заключительная часть – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми.

Можно использовать следующие сюжетные темы:

«На лесной опушке», «Новогодняя сказка», «Путешествие по сказкам», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель».

#### **IV. Игровое занятие**

Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие.

Цель занятия: способствовать развитию у детей творческих и физических способностей. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве.

Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная.

В подготовительной части проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки.

Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия.

В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия.

Можно использовать следующие темы игровых занятий:

«В гостях у трех поросят», «Путешествие в Морское царство», «Поход в зоопарк», «В гости к Чебурашке» и др.

**Итоговое занятие**, которое проводится в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей, по всем видам деятельности музыкальному материалу, усвоенному в какой-то определенный отрезок времени: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. д., для достижения наибольшей эффективности результатов необходима строгая продуманность каждого занятия, отдельных его частей, использование широкого арсенала методических приемов обучения, индивидуальный подход.

#### **V. Занятие - импровизация**

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Занятие-импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально-

ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии.

Занятие-импровизация проходит в свободной импровизированной форме.

Цель занятия: повторить изученный материал по ритмическим танцам.

Учить импровизировать под музыку. Способствовать развитию импровизации, творческих способностей детей.

Следует помнить о физической, психической, эмоциональной нагрузках, стараться не переутомлять детей большим количеством материала, избегать однообразных заданий. Занятия должны приносить детям радость, удовлетворение от преодоления трудностей, раскрывать их творческий потенциал. Надо шире привлекать их к показу движений, объяснению двигательных заданий и правил игры, оценки деятельности друг друга.

## Перспективный план работы кружка по хореографии

### Средний дошкольный возраст 4 – 5 лет

Месяц	Упражнения, игры	Танцы	Задачи
Октябрь. 1-8 занятие	1. Игра «Разойдись – становись» (Построение в шеренгу, колонну, круг)  2. «Ножки поссорились – помирились», «Ёлочки», «Шарик» (Упражнения для постановки ног, рук и корпуса)	«Весёлые путешественники» «Мячик» «Белочка»	Учить ориентировать в пространстве; развитие чувства ритма; осваивать танцевальные движения (приставной шаг в сторону, поскоки)

	<p>3. Танцевальная «Разминка» (1 часть)</p> <p>4. «Ёжик и барабан», «Паучина» (пальчиковые игры)</p> <p>5. «Музыкальное эхо», «Космонавты» (Музыкально-подвижные игры)</p>		
<p>Ноябрь. 9-16 занятие</p>	<p>1. «Лыжник» (Строевое упражнение)</p> <p>2. «Весёлые хлопки» (игроритмика)</p> <p>3. «Зайчик», «Ёлочки», «У меня спина прямая» (Упражнения для постановки корпуса)</p> <p>4. Пальчиковые игры «Этот пальчик», «В ссоре 10 братцев»</p> <p>5. Игра «Поезд» Игропластика «Сед по-турецки», «Кошка», «Котёнок»</p> <p>6. Дых.упр. «Петушок», «Хорошо»</p>	<p>«Весёлые путешественники» «Мячик» «Две капельки»</p>	<p>Учить перестраиваться в колонну, врассыпную, в несколько колонн по ориентирам; Формирование правильной осанки; Развитие чувства ритма, танцевальности.</p>
<p>Декабрь. 17-24 занятие</p>	<p>1. Строевые упражнения «Быстро по местам!», «Шаг и бег»</p> <p>2. «Зайчишки-трусички», «Ёлочки», «Очень трудно так стоять» (постановка корпуса)</p> <p>3. Игропластика «На велосипеде», «Змея»</p> <p>4. Пальчиковая игра «Как на горке снег», «Перед нами ёлочка»</p> <p>5. Самомассаж «Стенка, стенка», «Разотру ладошки сильно»</p> <p>6. Муз.-подвижная игра «Музыкальные стулья»</p> <p>7. Дых.упр. «Носом – вдох»,</p>	<p>«Вместе весело шагать» «Танец маленьких утят» «Кремена» «Белочка» «Рыбачок» (повторить)</p>	<p>Учить перестраиваться в несколько кругов; Формирование правильной осанки, укрепление мышц корпуса; Развитие чувства ритма и динамического слуха; Осваивать танцевальные движения: высокий шаг на носках, «пружинка» с выставлением ноги на пятку.</p>

	«Руки к солнцу поднимаю».		
Январь. 25-28 занятие	1. Строевые упражнения, ОРУ под музыку 2. Муз.-подвижная игра «Стройся!» 3. Акробатические упр. «Ёжик», «Буратино» 4. Игра «Воробышки» 5. Пальч.упр. «В ссоре 10 братцев», «Будем пальчики считать»	«Вместе весело шагать» «Цыплята» Танец «Пружинки»	Учить детей перестраиваться в шеренгу в сцеплении за руки; Приучать слышать сигнал; Укрепление осанки; Развитие выносливости; Отмечать в движении сильную долю такта.
Февраль. 29-34 занятие	1. Разминка (№ 2) 2. Строевые упражнения, ОРУ под музыку. 3. Акробатич.упр. «Ёжик», «Буратино», «Ваньки-встаньки» 4. Игра «Усни-трава» 5. Релаксация лёжа на спине.	«Едем к бабушке» «Рыбачок» (повторить) «Пружинки»	Развитие внимания, координации, умения ориентироваться в пространстве; Осваивать танцевальные шаги, улучшать качество прямого галопа; Учить правильно группироваться.
Март. 35-40 занятие	1. Разминка (№2) 2. Строевые упражнения 3. Упр. для корпуса «Ёлочки», «Шар», «Птица» 4.Игра, дых.упр. «Ёжик» 5. П/игра «Наша-то хозяйюшка» 6. Релакс «Медуза»	«Цыплята» «Кремена»	Развивать творческое воображение; Отрабатывать поскоки, лёгкий бег на носках (с захлестом); Учить самостоятельно перестраиваться из круга в несколько кругов.
Апрель. 41-48 занятие	1. Строевые упражнения, ОРУ (с платочком) 2. Игроритмика «Простые движения руками в различном темпе» 3. Акробатич.упр. «Ёжик», «Буратино», «Очень трудно так стоять»	«Кремена» «Рыбачок», «Кузнечик» (повторить)	Учить строиться в 2 шеренги напротив друг друга; Учить выполнять движения с предметом, слышать сильную долю такта; Повторить знакомые танцы.

	<p>4. Упр. на укрепление осанки</p> <p>5. Игра «Два мороза»</p> <p>6. Игровой самомассаж «Я в ладоши хлопаю»</p> <p>7. Пальч.игра «Смехота»</p> <p>8. Расслабление, дыхательное упр.</p>		
<p>Май</p> <p>49-54</p> <p>занятие</p>	<p>1. Строевые упражнения. Муз.-подвижные игры «Стройся!», «Карлики и великаны», «Ручеёк»</p> <p>2. Разминка (№ 3)</p> <p>3. Упр. с платочком («Улица»),</p> <p>4. Подвижная игра «Погода»</p> <p>5. Пальч.игра «Трик-трак», «Смехота»</p> <p>6. Игропластика «Ёжик», «Лодочка», «Лыжник», «Велосипед»</p> <p>7. Релакс «Медуза»</p>	<p>«Весёлые путешественники»</p> <p>«Рыбачок»</p> <p>«Кузнечик»</p> <p>Хоровод «Кто берёзку причесал?»</p> <p>«Спортивная гимнастика»</p>	<p>Учить строиться в круг, шеренгу, врассыпную, парами по сигналу;</p> <p>Улучшать качество поскока, прямого галопа;</p> <p>Следить за ритмичностью движений;</p> <p>Развивать гибкость;</p> <p>Укреплять мышцы пресса и спины, следить за осанкой.</p>

### *Старший дошкольный возраст 5 - 6 лет*

<p><b>Сентябрь:</b> Знакомство с основными требованиями к осанке, упражнять в ходьбе различного характера. Отмечать в движении акценты, несложный ритмический рисунок.</p>	<p><b>Октябрь:</b> музыкальная композиция с разноцветными лентами «Ах, какая осень», «Танец с зонтиками».</p> <p>- Упражнять в плавном движении рук с лентой. Добиваться лёгкости, естественности в выполнении всех движений. Учить детей выразительно исполнять танцы.</p>
<p><b>Ноябрь:</b> Танец «Ангел летит».</p> <p>-Закреплять умение ориентироваться и перестраиваться в пространстве. Учить</p>	<p><b>Декабрь:</b> «Ёлка современная», «Танец гномиков».</p> <p>- Совершенствовать умения</p>

лёгкому, «летающему» бегу, выразительному исполнению.	самостоятельно выполнять танцевальные движения, согласуя их с текстом песен.
<b>Январь:</b> «Танец клоунов». -Формировать творческие способности, передавать в танце весёлый, озорной образ. Менять и повторять танцевальные движения в соответствии с характером музыки.	<b>Февраль:</b> «Бескозырка белая», «Танец с русскими платками». -Осваивать новые танцевальные движения – переменному шагу с припаданием.
<b>Март:</b> «Солнечные лучики», «Варись, кашка» - Улучшать качество исполнения весёлых танцев, двигаться свободно, непринуждённо. Совершенствовать маховые движения руками с лентами.	<b>Апрель:</b> танец «Гном и бабочка», «Танец с цветами» - Совершенствовать качество исполнения танцевальных движений. Передавать в движении ритмический рисунок мелодии.
<b>Май:</b> «Подружки», «Я самая!» - Закреплять умения детей передавать в движении лёгкий, подвижный характер музыки. Улучшать движения бокового галопа в парах.	<b>Отчётный концерт</b> по итогам года для родителей и воспитанников детского сада.

### *Старший дошкольный возраст 6-7 лет*

<b>Сентябрь:</b> повторение танцев, разученных в предыдущем учебном году. -Развивать координацию движений, воображение, фантазию; формировать правильную осанку. -Учить детей двигаться в соответствии с настроением музыки. -Развивать умение ориентироваться в пространстве.	<b>Октябрь:</b> «Банана Мама» - «Барбарики». Танец осенних листочков. -Учить детей выразительности движений, быстроте реакции; -Развивать музыкальную память, эмоциональность, обогащать разными видами движений.
<b>Ноябрь:</b> «Дружба» - «Барбарики.» «Танец ковбоев» -Учить детей воспринимать музыку, чувствовать ее настроение и передавать	<b>Декабрь:</b> «Что такое доброта?». «Танец мушкетёров» -Повторение знакомых композиций; -Учить детей осваивать шуточное

<p>в движении; - Развивать чувство ритма, улучшать танцевальные движения – пружинящий шаг, поскоки, по кругу, выполнять перестроения.</p>	<p>движение-дразнилку «носик «направо-налево»; -Развивать выразительность пластики, творческого воображения. Учить одновременно продвигаться вперед.</p>
<p><b>Январь:</b> р.н. танец «Светит месяц». -Учить девочек выполнять движения хоровода («круг», «змейка» и другие).</p>	<p><b>Февраль:</b> «Богатырская сила», «Танец со шляпами» -Развивать координацию движений, учить мальчиков выполнять силовые упражнения под ритмичную музыку.</p>
<p><b>Март:</b> «Кукляндия» П.Овсянников. «Сиртаки» - народный греческий танец. -Развивать координацию движений, творческое воображение, смекалку и быстроту реакции.</p>	<p><b>Апрель:</b> «Китайский танец с веерами». -Повторение знакомых композиций; -Формировать навык движения «спиной из круга», учить коммуникативным умениям в танце парой; -Мальчики приглашают девочек и провожают на место.</p>
<p><b>Май:</b> «Упражнение с цветами» Г. Гладков «Добрая фея». -Развивать музыкальность, плавность движений руками с предметами, координацию движений.</p>	<p><b>Май:</b> Танец мотыльков С. Рахманинов «Итальянская полька». "Детство" Ю.Шатунов. -Развивать координацию Слухового восприятия музыкального произведения и двигательную активность.</p>

### Виды работ с родителями:

1. Консультации и беседы с родителями по темам:
  - Разработка единых требований по вопросам музыкально-ритмического воспитания.
  - Роль семьи в ритмическом воспитании дошкольников.
  - Роль ритмики в жизни ребенка
  - Танец как игра в воспитании дошкольников
  - Игры и развивающие упражнения для детей
  - Как определить талант вашего ребенка
2. Активное участие родителей на праздниках и развлечениях.
3. Участие родителей на собраниях на группах ДООУ, с целью консультирования по вопросам организации кружка.
4. Привлечение родителей к изготовлению костюмов и атрибутов к танцам
5. Ежегодный отчет кружка «Пружинка» для родителей в концертной форме

6. Индивидуальные беседы по проблемам воспитания детей в сфере музыкально-ритмического развития.

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

#### **Расписание деятельности по программе**

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

1 год обучения: 4-5 лет

2 год обучения: 5-6 лет

3 год обучения: 6-7 лет

Программа предназначена для обучения детей 4 – 7 лет и рассчитана на три учебных года. Этот период можно определить как первый этап в освоении азоров ритмики, азбуки классического, русского и бального танцев.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребенка;
- большим объемом материала, многопредметностью;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Занятия проводятся: два раза в неделю, во второй половине дня.

Длительность занятий на первом году обучения - 20 минут, на втором году обучения - 25 минут, на третьем году обучения – 30 минут.

### **Годовой учебный план**

1 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю, по 20 минут каждое;

2 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю, по 25 минут каждое;

3 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю, по 30 минут каждое.

### **Обязательными условиями проведения занятий в музыкальном зале являются:**

соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам;

наличие формы;

наполняемость групп не менее 10 человек.

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ**

	<b>Средний возраст</b>	<b>Старший возраст (5-6 лет)</b>	<b>Старший возраст (6-7 лет)</b>
Количество занятий в неделю	2	2	2
Время в минутах (неделя)	40	50	60
Количество занятий в год	72	72	72
Время в часах (год)	48 часов	60 часов	72 часа

### **Материально-техническое обеспечение программы**

- просторное помещение для занятий (музыкальный зал);
- музыкальный инструмент: фортепиано;
- музыкальный центр
- электронные носители с записями репертуара;
- реквизит к танцевальным постановкам.

## Методическое обеспечение

1. Буренина А. И. «Ритмическая мозаика-3» Программа по ритмической пластике для детей 3–7 лет Издание 3-е, переработанное и дополненное, Музыкальная палитра, 2012;
2. Л. Бондаренко. Методика хореографической работы во внешкольных заведениях. Музыкальная Украина, 2005;
3. Н. В. Зарецкая танцы для детей Айрис Пресс, М., 2007;
4. И. Каплунова Топ-топ, каблучок. СПб, Композитор, 2000;
5. С. И. Бекина Музыка и движения М., Просвещение, 2004;
6. Г. Франио Роль ритмики в эстетическом воспитании детей М., Композитор, 2000;
7. Г. П. Федорова Пой, пляши, играй от души, СПб, Детство-ПРЕСС, 2001