

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 44»

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета № 1  
протокол № 1 от 04.09.2015

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МАДОУ «Детский сад № 44»

приказ от 04.09.2015 № 63



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«Радуга»

Руководитель дополнительной образовательной  
программы: Лепи Е.В.

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации программы: 1 год

г. Березники, 2025

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### Пояснительная записка

Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей.

Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми.

На занятиях хореографией дети развиваются слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др.

Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям дошкольного возраста.

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.

### Цели и задачи программы.

**Цель:** создание условий для полноценного физического и эстетического развития ребенка, воспитание творческой личности и формирование индивидуальной культуры.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- сформировать правильную осанку, ходьбу.
- научить двигаться в соответствии с характером музыки.
- слышать сильную долю в музыке.
- выполнять образные, простейшие танцевальные движения.

- разучить основные танцевальные элементы, движения.

### **Воспитывающие:**

- воспитывать эмоциональный отклик на музыку;
- помочь понять музыку и вызвать желание двигаться в соответствии с динамикой и тембром музыки;
- вызвать у детей хорошее настроение от музыкально-ритмических движений;
- воспитать в детях положительно нравственные устои.

### **Развивающие:**

- развивать у ребенка интерес к танцу в игровой форме, используя сюжетно-ролевые этюды;
- укреплять мышечный аппарат;
- развивать музыкальные способности;
- развивать навыки координации движений;
- развивать пространственную ориентировку;
- развивать творческие способности, используя знакомые движения в свободных этюдах, играх.

Программа создана для детей дошкольного возраста (5-7 лет).

Групповые занятия проводятся 2 раза в неделю

Продолжительность одного занятия не более 30 минут.

## **Элементы современных технологий, используемые в программе.**

### **Игровые технологии.**

Психологические механизмы игровой деятельности опираются на фундаментальные потребности в самовыражении, самоопределении, саморегуляции и самореализации. Игра активизирует деятельность учащихся, способствует улучшению позиции ребёнка в коллективе и созданию доверительных отношений между детьми. Через игру педагог постепенно увлекает ребёнка в мир искусства и, тем самым, формирует его мотивацию. Развивающие игры способствуют развитию внимания, памяти, мышления, умению сравнивать, сопоставлять, находить аналогии; будят воображение и фантазию. В игре ребёнок учится самостоятельности, приобщается к нормам и ценностям общества.

### **Личностно-ориентированные технологии.**

Одной из важных идей в этих технологиях является формирование положительной «Я-концепции». Для этого необходимо: видеть в ребенке уникальную личность, уважать её, понимать, принимать, верить в неё;

создавать личности «ситуацию успеха», атмосферу одобрения, поддержки и доброжелательности; предоставлять возможность и помочь детям в самореализации, в положительной деятельности.

Таким образом, в результате использования данных технологий создаётся атмосфера обучения и воспитания, в которой ребёнок может познать себя, самовыразиться и самореализоваться.

Педагогика сотрудничества детей и педагога предлагает совместную развивающую деятельность, скреплённую взаимопониманием, проникновением в мир друг друга, совместным анализом хода и результатов деятельности. Традиционное обучение основано на субъект объектных отношениях педагога и

ребенка. В концепции педагогики сотрудничества, это положение заменяется представлением о ребенке, как о субъекте творческой деятельности. Поэтому два субъекта одного процесса должны действовать вместе, быть сотоварищами, партнёрами, составлять союз старшего с менее опытным. При этом ни один из них не должен стоять над другим.

Программа предусматривает три этапа обучения:

**1.Начальный (1 квартал)** На этом этапе ребенок получает первоначальные знания о хореографии, первоначальные знания и умения исполнять движения, у него формируется творческий опыт работы с музыкой, закладывается фундамент для самостоятельной творческой деятельности. Главным результатом обучения являются: укрепление в каждом ребенке веры в себя, свои возможности познавать и преобразовывать мир; развитие у детей чувства красоты, радости от выступлений перед своими близкими, друзьями и другими людьми.

**Первый этап обучения:**

Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности;

Хореографическая азбука;

Подготовительные упражнения,

Элементы классического танца, Элементы народного танца, Детские танцы.

Дети должны знать и уметь исполнять:

Характер музыки, темп, ритм.

Музыкальная выразительность.

Постановка корпуса и поклон.

Позиции рук и ног.

Элементы классического, народного танца.

Детские танцы.

Соблюдать правила техники безопасности.

**2. Расширенный (2 квартал)** На этом этапе происходит развитие потребности в творческой деятельности, закрепление и расширение знаний, полученных на первом этапе, через сочинение и выполнение танцевальных комбинаций, продолжается совершенствование умений и навыков в исполнении движений.

**Второй этап обучения:**

Пластика тела;

Элементы классического и народного танца;

Творческая деятельность;

Элементы современного танца;

Дети должны знать и уметь исполнять:

Отдельные танцевальные движения и танцевальные композиции;

Выразительность движения в соответствии с характером музыки;

Изученные танцы;

Анализировать выступления; Технику безопасности.

**3.Углубленный (3 квартал)** Третий этап обучения способствует освоению большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру; формирует у детей познавательные мотивы

учения, так как они видят конечный результат своей деятельности, который вызывает желание совершенствовать умения.

**Третий этап обучения:**

Основы дыхания в хореографии;

Актерское мастерство;

Творческая деятельность; Современный танец.

Дети должны знать и уметь исполнять:

Основы актерского мастерства;

Основы дыхания в хореографии;

Современный танец;

Создавать образы по собственному замыслу;

Контролировать свои эмоции в процессе выступлений.

Главным результатом обучения являются:

- укрепление в каждом ребенке веры в себя, свои возможности познавать и преобразовывать мир;
- развитие у детей чувства красоты, радости от выступлений перед своими близкими, друзьями и другими людьми.

**Дети должны уметь:**

овладеть правилами поведения в музыкальном зале, умением ориентироваться в нем, выполнять простейшие построения и перестроения и комплексы упражнений под музыку; освоить определенный запас общеразвивающих и танцевальных упражнений; красиво, выразительно и ритмично двигаться в различных танцевальных темпах, передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок и выражать характер танцевального персонажа под музыку (веселый, грустный, лирический, героический и др.); импровизировать на любую тему под различное музыкальное сопровождение;

дети без подсказки должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации;

понимать и различать музыкальные размеры и ритмы;

определять и использовать основные рисунки, направления в движении; выполнять этюды, танцевальные композиции и танцы; выполнять упражнения партерного экзерсиса; красиво и правильно выполнять двигательные элементы; быстро и четко реагировать на замечания педагога; координировать движения.

Коллективно-порядковые навыки и умения: маршировать в соответствии с метрической пульсацией;

чредовать ходьбу с приседанием, со сгибами коленей, на носках, широким или мелким шагом, на пятках, держа ровно спину;

рассчитаться на 1, 2, 3 для последующего построения в 3 колонны, шеренги; соблюдать правильные дистанции в колонне «по 3» и в концентрических кругах;

перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой – на шаг назад; перестроение из общего круга в кружочки по 2, 3, 4 человека и обратно в общий круг;

самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой; выполнение движений с предметами более сложных, чем в предыдущих группах.

Музыкально-ритмические навыки и умения: ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями; передать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем;

задавать самим ритм и проверять правильность его исполнения хлопками и притопами; выполнять ритмико-гимнастические упражнения общеразвивающего плана, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц; выполнять упражнения с детскими инструментами; передавать в игровых движениях различные нюансы музыки.

Навыки и умения выразительного движения: легко, естественно и непринужденно выполнять элементы танца по программе: шаг на носках, шаг польки, широкий и высокий бег, сильные посоки, боковой галоп;

передавать в игровых, плясовых движениях различные нюансы музыки – напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.; выразительно действовать с воображаемыми предметами; придумывать варианты к играм и пляскам;

самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа; выражать свои впечатления от танцевальной музыки в движениях или рисунках;

сохранять правильное положение корпуса, рук, ног при исполнении танцевальных движений, правильно распределяя дыхание;

исполнять танцевальные движения индивидуально и коллективно, с сопровождением и без него;

выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок; самостоятельно начинать движение после музыкального вступления; активно участвовать в выполнении творческих заданий; выполнять танцевальные движения: шаг с притопом; приставной шаг с приседанием;

простейшие дроби; вертушки и кружения;

выразительно и ритмично исполнять танцы согласно репертуарного плана;

выразительно и ритмично исполнять движения с предметами,

выполнять «Поклон – приветствие», «Поклон – приглашение»; выполнять элементы классического и народно-сценического урока;

Главный ожидаемый результат у детей 5-7 лет: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

### **Организация образовательного процесса**

Программа рассчитана на работу с детьми дошкольного возраста (5-7 лет) в течение 1 года. Программа базируется на научных данных возрастной психологии и физиологии воспитанников. Учебный материал рассчитан по кварталам обучения.

Продолжительность занятия – 30 минут.

Количество занятий в неделю – 2 раза. Учебная нагрузка в год 67 ак. часов.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-хореографические занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретической дисциплиной: беседы о хореографическом искусстве, о дыхании в хореографии, об актёрском мастерстве и о танцевальных жанрах.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, рассказы, беседы, объяснения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

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.

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

Этапы работы.

- I этап – подготовительный (1 квартал: сентябрь – октябрь - ноябрь)
- II этап – основной (2 квартал: декабрь – январь - февраль)
- III этап – этап совершенствования (3 квартал: март – апрель - май)

Структура занятия состоит из трех частей:

1 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.

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

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

### **Формы обучения, используемые в образовательной деятельности**

По составу участников: фронтальные; групповые; индивидуальные.

По способу организации учебно-воспитательной деятельности: учебное занятие; репетиционная деятельность; концертная деятельность; работа с родителями; досуговые.

**Календарное планирование танцевального кружка «Радуга»  
для детей 5-7 лет на 2025-2026 учебный год.**

**Список планируемых танцевальных номеров:**

1. «Зебрик» (совместный)
2. «кадриль» (парный-девочки) на краевой фестиваль
3. «шевелись» (флешмоб с родителями)
4. «Журавушка» (девочки)
5. «Ягодка-арбуз» (совместный выход)

**Количество занятий в месяц**

Октябрь-9 занятий

Ноябрь -9 занятий (участие в фестивале)

Декабрь -8 занятий (участие в фестивале)

Январь -7 занятий

Февраль -9 занятий

Март -8 занятий (участие в фестивале)

Апрель -9 занятий

Танец	Содержание.	Время проведения.	Количество часов
Просмотр и изучение элементов танца «Зебрик»	Вводное занятие. «Давайте познакомимся!» Знакомство с правилами танцевального кружка. Прослушать композиции. Познакомить с элементами танцевального направления	Октябрь	9 занятий 4,5 часа
«Кадриль»	Музыкальная разминка (Арам-зам-зам) Прослушать композицию Познакомить с элементами танца Учить движения по показу Определить окончательный состав детей для постановки данного танца	Ноябрь	9 занятий 4,5 часа

<p><b>«Журавушка»</b></p>	<p>-Музыкальная разминка <b>«На носок»</b>  Прослушать композицию  Познакомить с элементами танца  Учить движения по показу  Определить окончательный состав детей для постановки данного танца  Репетиция  Генеральная репетиция</p>	<p><b>Декабрь</b></p>	<p><b>8 занятий</b>  <b>4 часа</b></p>
<p><b>«Шевелись» (повторение)</b></p>	<p><b>-Муз. Разминка (Зебрик-флешмоб)</b>  Прослушать композицию  Познакомить с элементами танца  Учить движения по показу  Определить окончательный состав детей для постановки данного танца  Репетиция  Генеральная репетиция</p>	<p><b>Январь</b></p>	<p><b>7 занятий</b>  <b>3,5 часа</b></p>
<p><b>«Ягодка-арбуз»</b></p>	<p><b>- Муз. Разминка (Зебрик-флешмоб)</b>  Прослушать композицию  Познакомить с элементами танца  Учить движения по показу  Определить окончательный состав детей для постановки данного танца  Репетиция  Генеральная репетиция</p>	<p><b>Февраль</b></p>	<p><b>8 занятий</b>  <b>4 часа</b></p>

<p><b>«Кадриль»</b> <b>(повторение)</b></p> <p><i>Репетиция (флешмоб «Зебрик», «Журавушка», «Кадриль»)</i></p>	<p>- Муз. разминка Прослушать композицию Познакомить с элементами танца Учить движения по показу Определить окончательный состав детей для постановки данного танца Репетиция Генеральная репетиция</p>	<p><b>март</b></p>	<p><b>7 занятий 3,5 часа</b></p>
<p><b>«Ягодка-арбуз» «Шевелись» (флешмоб с родителями)</b></p>	<p>Прослушать композицию Познакомить с элементами танца Учить движения по показу Определить окончательный состав детей для постановки данного танца Репетиция</p>	<p><b>май</b></p>	<p><b>8 занятий 4 часа</b></p>
<p><b>Отчетный концерт танцевального кружка «Радуга»</b></p>	<p>Генеральные репетиции всех танцев Пошив костюмов Подготовка сценария для отчетного концерта</p>	<p><b>май</b></p>	<p><b>8 часов</b></p>

### **Отчётный концерт (предположительно май-июнь)**

## **Материально - техническое и методическое обеспечение Программы**

Занятия проводятся в музыкальном и физкультурном зале.

1. Технические средства обучения (звуковые):  
Музыкальный центр; Мультимедийная система

2. Учебно-наглядные пособия: Детские музыкальные инструменты, костюмы,  
3. Флеш-носители с записями мелодий.

### **Список литературы:**

- Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999. –272с.
- Каплунова И., Новоскольцева И., Алексеева И.. Ладушки. Топ-топ каблучок.
- Танцы в детском саду.- С.-Петербург.: «Композитор», 2000. –83с.
- Леонов Б. Музыкальное ритмическое движение. – Минск, 1971.
- Ритмика и танец. Программа. – М., 1980.
- Руднева С., Фиш Э. Ритмика. – М.: Просвещение, 1972.
- Тютюнникова Т. Движение и музыка!/ Дошкольное воспитание. – 1997. -
- №8.
- Шушкина З. Ритмика. – М.: Музыка, 1976
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА - ФИ ДАНСЕ». Танцевально - игровая гимнастика для детей.
- СПб.: «Детство - пресс», 2001 г.
- Бекина С. и др. «Музыка и движение», М., Просвещение, 1984 г.
- «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения». Письмо МО РФ от 14.03.2000 г. № 65/ 23-16
- Основная программа Программа «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С Комаровой, М.А.Васильевой. 2014г.
- «Эстетическое воспитание в детском саду» под ред. Н.А. Ветлугиной, М., 1989.
- Г.А. Колодницкий - Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.
- «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» книга для воспитателя и музыкального руководителя детского сада Раевская Е.П. 3 издание, дораб. – М.: «Просвещение», 1991г. «Танцевальная ритмика для детей № 1» Суворова Т.И. Учебное пособие – СПб.: «Музыкальная палитра», 2003г.
- Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. А.: Учите детей танцевать.// Владос, 2004.
- Конорова Е. В. :Методическое пособие по ритмике. // М. «Музыка», 1972.
- Муз.-но - ритмические движения для детей дошкольного возраста - Т.Ф. Коренева

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 722671968566237128169706768058107758750791459340

Владелец Петрова Марина Александровна

Действителен с 08.11.2024 по 08.11.2025