

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Сладковский детский сад «Сказка»

ПРИНЯТО:  
Заседание педагогического совета  
Протокол №1 от 31.08.2023г



Утверждаю:

Директор МАДОУ «Сказка»

А.А.Мороз

Приказ №43 от 01.09.2023 г.

**Программа**  
**оказания дополнительных образовательных услуг**  
**художественно-эстетического направления**  
**«В ритме танца»**

Возраст 6-7 лет

Срок реализации: с 01.09.2023г по 01.07.2024г

Модифицирована воспитателем Баженовой Л.В. на основе программы  
«Ритмическая мозаика» А.И.Бурениной

с. Сладково

2023г

## Пояснительная записка

«Танцуй для себя.

Если кто-то понимает – хорошо,

если нет – не важно,

продолжай делать то, что любишь».

Луис Хорст.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Одновременно музыка и движение, влияя на ребенка, формирует его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Ребенок 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.

А.И. Буренина отмечала, что «...дети получают радость от самого процесса движения под музыку, от того, что у них все получается, от возможности себя выразить, проявить...»

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ.

**Актуальность** Танец, способствуя воспитанию гармонично развитой личности, вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения и определяется запросом со стороны детей и их родителей на повышение двигательной активности детей через занятия хореографии для закрепления привычки двигаться ритмично, выразительно и красиво.

**Цель программы:** развитие артистичности, эмоциональной отзывчивости и творческого воображения, посредством искусства танца у дошкольников.

**Задачи:**

- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость;
- формировать умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- развивать способность импровизировать;
- воспитывать нравственно-коммуникативные качества;
- развивать гибкость, ловкость, пластичность;
- формировать правильную осанку, красивую походку;
- дать представление о танцевальных жанрах и направлениях.
- создавать атмосферу радости детского творчества в коллективе.

**Организационный момент:** занятия проводятся 1 раз в неделю, длительностью 30 минут, 4 занятия в месяц.

**Методы и приемы реализации программы:**

Наглядный метод:

- двигательный показ под музыку педагогом,
- показ движений в упражнениях,
- показ под музыку сюжетно-образных движений,
- показ элементов народных, бальных, эстрадных танцев под музыку (под
- показ ребёнком движения.

Словесный метод:

- беседа о характере музыки, средствах её выразительности,
- образный рассказ о новом танце,

- пояснения в ходе выполнения движений,
- напоминание о правильности, образности движений,
- объяснение,
- оценка, поощрение.

Практический метод (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения)

- упражнения для развития музыкально-ритмических навыков детей  
(изменение движений в соответствии с характером музыки, регистровых изменений, динамических оттенков, темповых изменений, метроритма)
- подготовительные упражнения (освоение в интересной, занимательной форме танцевальных движений),
- последовательное разучивание материала.

**Содержание программы кружка:** хореографические упражнения, танцевальные шаги, танцы с атрибутами, общие танцы.

**Структура занятия** состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной.

Подготовительная часть занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика; музыкально - подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); музыкально-ритмическая композиция.

Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические и классические танцы, народные танцы, гимнастика.

Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог.

**Формы проведения итогов реализации программы:** ежемесячный отчет на сайте учреждения, открытое занятие для родителей воспитанников в конце года и фотоотчет для родителей на сайте образовательного учреждения, концерт, «танцевальный батл» с приглашением родителей.

### Учебно – тематический план

Месяц	Хореографические упражнения	Танцевальные шаги	Танцы с атрибутами	Общие танцы
Сентябрь	Вводное занятие по технике безопасности. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. Разминка «Гномик и великан»	игровые задания на воображение. «Меня зовут»  Танец – минутка «Жили у бабуси...гуси»	Музыкально ритмические движения «Журавлики»	Игра «Круг дружбы»  «Осенняя прогулка»
Октябрь	«Азбука танца» Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Колечко», «Лодка», «Собачка», «Рыбка». «Качели», «Кораблик».	Строевые упражнения. Музыкальная игра «Круг-кружочек»  Этюд “Каждому свой ритм”.	Танец-минутка «Капельки»	Ритмический танец «Грибочки».
Ноябрь	«Классический танец». Игра на знакомство «Дай мне руку».	Гимнастика с элементами «Гибкий стан»	Творческие задания в группах и индивидуальные . Игра «Музыкальная подушка».	
Декабрь	Этюд «За волшебной дверью»  Танцевальные образы «Метель», «Снегопад и вьюга»	«Современный танец». - Познакомить детей с различными направлениями в современной хореографии: хип-хоп, брейк, диско, рок-н-ролл, фристайл.	Танцевальная композиция «Тик так – тикают часы», «Коротышки»	Танец «Зимние забавы»

Январь	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».	Игра «Поварята»  Веселый тренинг «Катились колеса»	Танцевально - ритмическая гимнастика «Ванька - Встанька»	Игра по кругу «Ку-чи-чи»,
Февраль	«Русский народный танец». Рассказать о разнообразии характерных образов в русских народных танцах.	Упражнения на ориентировку в пространстве: «карусель», «воротца». Музыкальная композиция «Дружные пары».	Элементы русского танца  «Во саду ли в огороде»	Танец «Богатырская наша сила»
Март	Партерная гимнастика «Лягушка», «качели», «пароход», «велосипед».  Игра «Бусы»	Солнечные зайчики (танец с зеркальцами из фольги)	упражнения для развития осанки («черепаша - жираф»)	Ритмическая композиция «Девчата»
Апрель	Партерная гимнастика «Карандаши» «Буратино», «Солнышко», Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Крыло».	Этюд «Говорящие предметы» Танец-минутка «Капельки»	Игра – импровизация «По секрету всему свету»	Танцевальная композиция «В коробке с карандашами»  Танец с игрушками», песня «Прощайте игрушки»
Май	Совершенствование движений. Партерная гимнастика «Морская сюита»	Игра «Угадай мелодию»	Салют (танец с ленточками)	Флешмоб «Я хочу танцевать»

## **Ожидаемые показатели уровня развития детей 6-7 лет.**

- знает назначение отдельных упражнений хореографии;
- умеет выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку;
- проявляет желание двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ;
- умеет точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;
- владеет навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- умеет выполнять танцевальные движения: прямой галоп; пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах, поочерёдное выбрасывание ног вперёд, приставной шаг с приседанием; с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд.
- выполняет танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами, лентами).
- знает основные танцевальные позиции рук и ног.
- умеет выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку.
- способен к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

## **Используемая литература**

1. Азбука хореографии - Барышникова Т.(г. Москва 1999год).
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста. 2-е изд., СПб, ЛОИРО, 2007.
3. Ладушки «Потанцуй со мной дружок» - Каплунова И., Новоскольцева И.
4. «Са-фи-дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей - Фирилёва Ж.Ё.
5. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду - М.,Линка-Пресс. 2006.
6. «Танцевальная мозаика» - хореография в детском саду - Слуцкая С.Л.(2006 год). Танцевальная ритмика - Суворова Т.

## «Жили у бабуся...гуся»

Общие рекомендации – этот танец имеет сюжетно-игровую основу и пластическим образом инсценирует песню «Жили у бабуся». Хорошо если дети будут не просто выполнять движения, а обыгрывать их. Для этого необходим артистичный, эмоционально-выразительный показ педагога. Он даже может подпевать или проговаривать слова песни, тем самым, помогая, подсказывая и заинтересовывая детей.

Исходное положение: ноги вместе, руки (крылья) приподняты в стороны.

### 1-я фигура

Жили у бабу: поднимаем руку (крыло) в сторону-вверх поворачиваем к ней голову и киваем (клювом чистим на крыле перышки) (3 раза)

си: вернулись в исходное положение.

Два веселых гуся: повторили движение другой рукой.

Один серый, другой белый: делаем взмахи руками – крыльями (2 раза)

Два веселых гуся: слегка присев крутим хвостиком.

### 2-я фигура

Мыли гуся лап: ставим ногу на пятку и крутим носком

ки: приставляем ногу. В луже у канавки: повторили движение другой ногой.

Один серый, другой белый: делаем взмахи руками – крыльями (2 раза).

В луже у канавки: слегка присев, крутим хвостиком.

### 3-я фигура

Ой, кричит бабуся,

Ой, пропали гуся,

Один серый, другой белый

Гуся, мои гуся: приседаем на корточки и замираем.

### 4-я фигура

Выходили гуся,

Кланялись бабуся: встаем и кланяемся,

Один серый, другой белый: делаем взмахи руками – крыльями (2 раза)



Два веселых гуся: слегка присев крутим хвостиком.

### «Солнечные зайчики» (танец с зеркальцами из фольги)

Эмоциональный настрой – легко, радостно.

Общие рекомендации – в движениях руками очень важно положение ладошек, их точная ориентация, чтобы поблескивание «солнечных зайчиков» было хорошо заметно.

Рекомендация по изготовлению реквизита – изготовьте на каждого ребенка по два кольца из резинки по размеру ладони. Наклейте фольгу на картон, вырежьте из него четыре кружочка (размером с ладошку) и пришейте фольгой наружу к резинкам с внутренней и внешней стороны ладоней.

Исходное положение: ноги вместе, руки опущены.

#### 1-я фигура

1–2 Вытягиваем руки вперед ладонями вперед (как будто отодвигаем от себя что-то).

3–4 Так же вытягиваем руки в стороны ладонями в стороны.

5–8 Кружимся на носочках, крутя ладошками (наклоняя их вперед-назад).

9–10 Вытягиваем руки вперед ладонями вперед.

11–12 Вытягиваем руки вверх ладонями вперед.

13–16 Кружимся на носочках, крутя ладошками.

#### 2-я фигура

1–8 Делаем синхронно двумя руками круги: в сторону – вниз – к лицу, вниз – в сторону – вверх – к лицу, ладонями вперед (2 раза).

9–16 Поворачиваем ладони к себе и от себя (4 раза).

#### 3-я фигура

1–16 Побежали на носочках врассыпную по залу, вытянув руки вперед, крутя ладошками (наклоняя их вправо-влево). В конце музыкальной фразы педагог предлагает детям встать в круг (лицом в центр), руки опустить.

#### 4-я фигура

1–4 Сбегаем к центру круга, крутя ладонками, поднимаем руки вперед – вверх.

5–8 Разбегаем (спиной из круга), опуская руки вниз.

9–16 Повторили комбинацию 1–8 тактов.

5-я фигура

1–16 Прыгаем на месте, скрещивая руки над головой. С окончанием музыки останавливаемся (стоп) и руки прячем за спину.

### **«Морская сюита»**

Камни – дети резко садятся на корточки, колени прижимают к груди, голову к коленям, руки крепко обнимают колени, кисти сжаты в кулаки. Все мышцы сильно напряжены.

(В это время педагог может пройтись по залу, дотронуться до каждого, как бы убедиться – Какие твердые камни!).

Водоросли – дети встают в полный рост, вытягивают руки вверх и начинают плавно, волнообразно раскачиваться из стороны в сторону. При этом задействованы и руки, и голова, и корпус, и ноги. Все мышцы максимально расслаблены.

Морские обитатели – все двигаются хаотично по залу в образе того или иного морского обитателя. Со временем дети сами начнут придумывать обитателей и подражать им, но в начале им можно помочь:

золотая рыбка – передвижение плавное, неторопливое, мягкие движения руками сзади изображают пышный хвост;

рыба шар – надуть щеки, округлить руки по бокам и «плыть» неуклюже переваливаясь с ноги на ногу;

мальки – бегать легко на носочках, руки согнуты в локтях и кисти работают как плавнички; акула – вытянуть руки вперед, согнуть пальцы – «зубы».

Движениями рук изображать пасть акулы; краб – ноги в стороны в полуприсяде, двигаться боком, руки вперед полусогнуты, указательные и средние пальцы изображают клешни.

### **Игра «Бусы»**

Дети берутся за руки и образуют круг – «бусы». В центре – ведущий. Все водят хоровод вокруг него, произнося следующие слова:

Бусы маме смастерю

И на праздник подарю.

Праздничные бусы,

Бусы на все вкусы.

Бусинки разные:

Зеленые, красные,

Желтые, лиловые,

Синие, бордовые.

Но, они все, вот беда,

Раскатились кто куда.

Все разбегаются по залу врассыпную, приседают и замирают.

Ведущий: Что же делать, как мне быть, как подарок подарить?

Я пойду по двору, мои бусы соберу.

Ведущий идет по залу между сидящими. Касанием руки выбирает первую бусинку. «Бусинка» громко говорит: «Я – красная». Ведущий и «бусинка» берутся за одну руку, образуя первое звено. Поочередно ведущий касается всех, при этом каждая «бусинка» называет свой цвет, отличающийся от уже названных, и пристраивается в конец цепочки. Таким образом, двигаясь «змейкой» по залу, ведущий собирает все бусинки.

После того как бусы собраны, ведущий замыкает круг и говорит:

Я – на крылечке,

А бусы – в колечке.

Все хором:

Мама, дорогая,

Тебя я поздравляю!

**«Осенняя гамма»** модель Т. Боровик.

Пусто ласточек гнездо. До.

Осенины на дворе. Ре.

Плачет ветер за дверьми. Ми.

Дождика тиха строфа. Фа.

У него своя есть роль. Соль.

Затихает вся земля. Ля.

Дождик скуку унеси! Си.

Пусто ласточек гнездо. До

Текст читает педагог, дети играют на металлофонах и поют ноты в указанном ритме.

**«Дядя Степа».**

Выбираются двое детей разного роста. Первый –«дядя Степа», а второй- «мальчик с пальчик»; он становится за «дядей Степой» на расстоянии двух шагов. Остальные дети . сидя на стульях, говорят:

Дядя Степа длинноногий

По дороге зашагал (ребенок идет широким шагом и на последний слог останавливается, не приставляя ногу).

Мальчик с пальчик по дороге

Вслед за дядей побежал («мальчик с пальчик» бежит небольшими шагами и на последний шаг останавливается позади «дяди Степы»).

Дядя Степа оглянулся,

Но ни слова не сказал (идет и на ходу оглядывается)

Мальчик с пальчик усмехнулся,

Дядю Степу он догнал (бежит и останавливается рядом с дядей Степой).