

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 86 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара

**ПРИНЯТО**

На педагогическом совете  
Протокол № 1  
От «31» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  
\_\_\_\_\_ Е.И.Шуплецова  
«31» августа 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа –  
дополнительная общеразвивающая программа художественной  
направленности по музыкально - ритмической деятельности  
«Весёлый каблучок»**

Возраст: 4-5 лет  
Срок реализации программы: 1 год

**Автор - составитель:**  
Косолапова Наталия Михайловна,  
воспитатель высшей категории.

г. Сыктывкар, 2023

## Оглавление

1.	Пояснительная записка	3
2.	Содержание дополнительной общеобразовательной программы- дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности по музыкально - ритмической деятельности «Весёлый каблучок»	7
2.1.	Учебный план	7
2.2.	Содержание учебного плана	7
2.3.	Календарный учебный график	12
3.	Методическое обеспечение программы.	13
4.	Список используемой литературы	15

## **1. Пояснительная записка.**

### **Направленность программы.**

Дополнительная общеразвивающая программа по музыкально - ритмической деятельности «Весёлый каблучок» имеет **художественную направленность**.

В основу разработки программы легли нормативные следующие документы:

1. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012);
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)
4. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
6. Положение о порядке разработки дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 86 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара, утверждённое приказом директора № 59-од от 16 марта 2023 года
7. Устав МАДОУ «Детский сад № 86».

### **Актуальность и новизна программы.**

Хореография – это искусство синтетическое, оно позволяет решать задачи физического, музыкального – ритмического, эстетического и. в целом, психического развития детей. Овладев способами деятельности, ребенок чувствует себя свободным, независимым, раскрепощенным.

Актуальной стала проблема самовыражения дошкольника, выделение личности из окружающего социума, мы видим решение в танцевальном искусстве, что и позволило обратиться к хореографической деятельности не только как к самостоятельному разделу художественного воспитания детей, но и как к мощному синтетическому средству способствующему самовыражению, развития творческих способностей дошкольника.

Умственное и физическое развитие тесно связано между собой. Без активных движений, без физических упражнений невозможен нормальный рост развитие растущего организма, и в первую очередь мозга. Органическое соединение движений, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь помогают маленькой личности раскрепоститься. Полноценное умственное и физическое развитие, моральная чистота и активное отношение к жизни и искусству характеризует целостную, гармонически развитую личность, нравственное совершенствование которой во многом зависит от эстетического воспитания

Детский организм, его психика подготавливается к публичным выступлениям перед зрителями, что способствует раскрепощению, развитию эмоциональной сферы и личности в целом. Занятия музыкально ритмической деятельностью строятся с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы. Для успешной реализации программа предполагает: беседы о музыке, танце различного содержания, слушание музыки танцевального характера, просмотр видеозаписей детских праздников и концертов.

**Цель программы:** это формирование и раскрытие творческих, умственных способностей каждого ребенка, создание благоприятных условий для роста его личностного потенциала через хореографическое искусство.

**Задачи:**

1. Продолжать формировать у детей специфических знания, умения и навыки, таких как: выработка правильной, красивой осанки; развитие мышечного чувства; умение красиво и координационно правильно двигаться под музыку.
2. Научить основным танцевальным движениям;
3. Способствовать совершенствованию основных психомоторных качеств (переключаемости движений и двигательной памяти);
4. Развивать основы музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональной сферы, координации хореографических движений;
5. Развивать пространственные представления и координацию движений;
6. Развивать творческие способности;
7. Формировать и совершенствовать коммуникативные межличностные отношения (педагог – воспитанник, партнер – партнерша, участник – коллектив), воспитывать бережное отношение друг к другу;
8. Содействовать самостоятельности в выполнении танцевальных композиций, воспитывать ответственное отношение к выполнению задания, стремление доводить начатое до конца;
9. Воспитывать в детях силу воли, трудолюбия и дисциплины.

**Отличительной особенностью программы** являются доступность в восприятии детьми всех разделов программы, за счет элементарности построения занятия. Комплексный подход в обучении, его многожанровый характер, разнообразные виды ритмики, партнерная гимнастика, свободная пластика, пантомима, игры.

**Возраст детей:** в программе участвуют дети от 4 до 5 лет.

**Срок реализации программы:** 1 год.

**Форма обучения** - очная

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (1 академический час – 20 мин.). Всего – 60 занятий в год. Занятия проводятся во вторую половину дня.

**Ожидаемые результаты:**

К концу года ребёнок должен:

После первого года обучения занимающиеся дети знают о назначении отдельных упражнений хореографии. Желают двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок; ставить ногу на носок и на пятку. Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания (*творческие игры, специальные задания*), используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

**Диагностика** уровня музыкального и хореографического развития, проводится на основе методики А.И. Бурениной, 3 раза в год – в сентябре (вводная), промежуточная (январь) и в мае (итоговая) следующими методами:

- Наблюдение за детьми в процессе выполнения упражнений;
- сравнение и анализ выполняемых упражнений, этюдов; итоговый анализ полученных умений и навыков детей за период обучения.

Структура занятия общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Все дети группы занимаются вместе, одновременно, благодаря чему, повышается плотность занятия и физиологическая нагрузка. Дети приходят на занятия в специальной форме и обуви, что дисциплинирует их. Для девочек это – гимнастический купальник и короткая юбочка, для мальчиков – черные шорты и белая футболка, на ногах у всех – мягкие балетки.

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;
- 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.

Итоговыми мероприятиями являются публичные выступления детей: концерты, показ номеров на утренниках, развлечениях и других мероприятиях. По окончании учебного года проводится открытое занятие для родителей, либо отчет в концертной форме на котором отмечаются самые активные воспитанники.

## 2.Содержание дополнительной общеобразовательной программы- дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности по музыкально - ритмической деятельности «Весёлый каблучок»

### 2.1. Учебный план.

Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
	Всего	Теория	Практика	
Осень	16	2,5	13,5	Наблюдение педагога. Участие в развлечении ко Дню Матери
Новый год	18	2	16	Участие в новогоднем развлечении
Зима. Мой папа лучше всех	8	2	6	Наблюдение педагога. Участие ко дню Защитника Отечества
Моя мамочка	8 ч.	2 ч.	6 ч.	Участие в утренниках к Международному женскому дню
Весна	8	1,5	6.5	Участие в открытых занятиях
Закрепление пройденного материала.	2	-	2	Отчетный концерт для родителей
<b>Количество часов за учебный год</b>	<b>60 ч</b>	<b>10 ч</b>	<b>50 ч.</b>	

### 2.2. Содержание учебного плана

Неделя Месяц	Перечень разделов, тем	Содержание учебного плана	
		Практика	Теория
1 неделя октября	«Осень»	- Поклон. -Разминка ««Веселые путешественники» Спокойная ходьба. Хороводный шаг. Выставление ноги на пятку. Выставление ноги на носок. -Игра «Рассыпались горошинки», «Ниточка-иглочка» -танец «Про тучку» (знакомство)	-Ознакомление с учебным планом на год, расписанием занятий. -Правила внутреннего распорядка на занятиях, беседы по технике безопасности. - Содержание и форма занятий. Внешний вид воспитанников. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения.
2 неделя октября	«Осень»	- Разминка ««Веселые путешественники» - Ходьба, с высоким подниманием колен -«Плавные ручки».	Схемы: • Круг; Врассыпную

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Работа над стопами на полу</li> <li>- Пружинка( I, II вид).</li> <li>- Игра «Рассыпались горошинки», «Ниточка-иглочка»</li> <li>-танец «Про тучку» (1-й куплет+припев)</li> </ul>	
3 неделя октября	«Осень»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка ««Веселые путешественники»</li> <li>- партерная гимнастика «солнышко»</li> <li>- Притопы (одной ногой, поочередные).</li> <li>- Игра «Солнышко и дождик»</li> <li>- Танец «Про тучку»</li> </ul>	Знакомство с условными обозначениями «морковка», «ёлочка»
4 неделя октября	«Осень»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка ««Веселые путешественники»</li> <li>-высокий шаг (подготовка к подскокам)</li> <li>- Игра «Солнышко и дождик»</li> <li>- Танец «Про тучку»</li> </ul>	
1 неделя ноября	«Осень»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка «Осень»</li> <li>-Мелкий бег, подскоки.</li> <li>- партерная гимнастика «солнышко»</li> <li>- коммуникативный танец «Зверята и ветерок»</li> <li>- игра «Зимушку встречая»</li> </ul>	
2 неделя ноября	«Новый год»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка «Осень»</li> <li>-Хлопки (разновидности). Хлопок с притопом.</li> <li>Притопы поочередные.</li> <li>-Танец «Рукавички» (знакомство с танцем)</li> <li>- Игра «Зимушку встречая»</li> </ul>	
3 неделя ноября	«Новый год»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разминка «Осень»</li> <li>- Повороты. Повороты вокруг себя, по одному, в парах (положение рук)</li> <li>- Танец «Рукавички»</li> <li>-Игра «Зимушку встречая»</li> </ul>	Карточки «Птичка», «Крестик»
4 неделя ноября	«Новый год»	<ul style="list-style-type: none"> <li>Подготовка к выступлению</li> <li>Выступление на День Матери с танцем «Рукавички»</li> </ul>	

1 неделя декабря	«Новый год»	- Разминка «Метелица» - Коммуникативный танец «Улыбнись» - Знакомство с танцем «Дружные снеговики» - Игра «Снежный ком»	Беседа «Снеговики» (из чего делают, какие по форме итд)
2 неделя декабря	«Новый год»	- Разминка «Метелица» - партерная гимнастика «Карандаш» - Коммуникативный танец «Улыбнись» Танец «Дружные снеговики» - Игра «Снежный ком»	Карандаши старые и новые, острые и тупые
3 неделя декабря	«Новый год»	Подготовка к Новому году Танец «Дружные снеговики»	
2 неделя января	Зима.	-Разминка «Пингвины» - Шаги по кругу (марш, шаг с носка, шаг на носках, бег с захлестом, марш). - Танец «Матрешки» - игра «Дракончики»	Беседа о пингвинах (походка, чем питаются, итд)
3 неделя января	Зима	-Разминка «Пингвины» - Партерная гимнастика «Карандаш» - Танец «Матрешки» - Игра «Дракончики»	
4 неделя января	Зима	-Разминка «Пингвины» - Партерная гимнастика «Гуси» - Танец «Матрешки» - Игра «Дракончики»	
1 неделя февраля	Мой папа лучше всех	- Разминка «Фиксики» - «Покажи конфетку» («открыть и закрыть» руки) - Танец «Мой папа» (знакомство) -Игра «Собирись скорее в кружок»	
2 неделя февраля	Мой папа лучше всех	- - Разминка «Фиксики» - «Покажи конфетку соседу» («открыть и закрыть» руки в народном характере) - Танец «Мой папа» (разучивание 1к и 1пр.) -Игра «Собирись скорее в кружок»	
3 неделя февраля	Мой папа лучше всех	- Разминка «Фиксики» - «Покажи конфетку» (закрепление) - Танец «Мой папа» (разучивание до конца), закрепление танца «Матрешки» -Игра «Собирись скорее в кружок»	

4 неделя февраля	Моя мамочка	-Выступление на День Защитника Отечества с танцем «Мой папа»	
1 неделя марта	Моя мамочка	- Разминка «Весна-красна» Закрепление танца «Матрёшки»	
2 неделя марта	Моя мамочка	Выступление на утреннике, посвященному 8 марта с танцем «Матрёшки»	
3 неделя марта	Весна	- Разминка «Весна-красна» - Разучивание движений: галоп прямой, боковой, пружинка -Танец «Мужичок с гармошкой» -Игра «Веселые стулья»	
4 неделя марта	Весна	- Разминка «Весна-красна» - Отработка движений: галоп прямой, боковой, пружинка -Танец «Мужичок с гармошкой» -Игра «Веселые стулья»	
1 неделя апреля	Весна	-Разминка «Что за музыка» - Подскоки, галоп, -Партерная гимнастика «Зайка» -Танец «Мужичок с гармошкой» -Игра «День и ночь»	
2 неделя апреля	Весна.	-Разминка «Что за музыка» - Упражнение «Дружные пары» -Партерная гимнастика «Зайка» -Танец «Мужичок с гармошкой» -Игра «День и ночь»	
3 неделя апреля	Весна	-Разминка «Что за музыка» -Упражнение «Поссорились-помирились» -Ковырялочка - танец «Две капельки» -Игра «Лиса и зайцы»	
4 неделя апреля	Весна	-Разминка «Что за музыка» - Упражнение «Мячики» - танец «Две капельки» -Игра «Лиса и зайцы»	
1 неделя мая	Весна	- Разминка «Шалунишки» -Упражнение «Цветы» - танец «Две капельки» - Игра «Музыкальная шляпа».-	
2 неделя мая	Весна	- Разминка «Шалунишки» - Упражнение «Веселые скачки» - Шаги с хлопками. - Танец с хлопками. - Игра «Музыкальная шляпа».	
3 неделя мая	Закрепление	- Выбор танца на отчетный концерт	
4 неделя мая		Подготовка к отчетному	

	концерту Отчетный концерт	
<b>ИТОГО:</b>		<b>60 ч.</b>

### 2.3. Календарный учебный график.

<b>Начало учебного года</b>	1 сентября 2022 года
<b>Окончание учебного года</b>	31 мая 2023 года
<b>Режим работы МАДОУ</b>	с 07.00 до 19.00 часов.
<b>Продолжительность реализации дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы</b>	С 01 октября 2023 года по 31 мая 2024 года.
<b>Каникулы</b>	С 25.12.2022г. – 09.01.2023г. – зимние каникулы
<b>Продолжительность рабочей недели</b>	5 дней (понедельник – пятница)

### 3. Методическое обеспечение программы.

<b>Педагогическая литература</b>	<b>Методические пособия</b>	<b>Информационные ресурсы</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бекина С.И. и др. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 4-6 лет)</li> <li>• Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике)</li> <li>• Зимина А.Н. Музыкальные игры и этюды в детском саду.</li> <li>• Раевская Е. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду.</li> <li>• Суворова Т.И. Танцевальная ритмика. 1-5 выпуски.</li> </ul>	<p><u>Иллюстрации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Схемы перестроений</li> </ul> <p><u>Атрибуты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Платочки</li> <li>• Ложки</li> <li>• Шарфики</li> <li>• цветы</li> </ul>	<p><u>Презентация на тему:</u> «Русский народный танец».</p> <p><u>CDдиски:</u> - Танцевальная ритмика. Выпуски 1-5 - Светит месяц. - Н.Кадышева и др.</p> <p><u>DVD диски:</u> - «Танцы в исполнении детей детского сада №86»</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Барышникова Т. Азбука хореографии</li> <li>• Бекина С.И. и др. Музыка и движение.</li> <li>• Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей.</li> <li>• Зарецкая Н.В., Роот З.Я. танцы в детском саду.</li> </ul>	<p><u>Иллюстрации:</u> Морковка, елочка, птичка, крест</p> <p><u>Атрибуты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Бубен</li> <li>• Погремушки</li> <li>• Цветы</li> <li>• Шарфы</li> <li>• Мячи</li> <li>• Обручи и т.д.</li> </ul>	<p><u>CDдиски:</u> Современные песни для детей. Классическая музыка</p> <p><u>DVD диски:</u> Танцы воспитанников детского сада №86</p>
--	---	--

#### 4.Список используемой литературы.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Практическое пособие / Т. Барышникова. – М.: Рольф, 2001 г.;
2. Бекина С.И. Музыка и движение. (Упражнение, игры и пляски для детей 4-5 лет, 5-6 лет и 6-7 лет). Из опыта работы муз.руководителей детских садов.-М.: Просвещение, 1983.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика:(Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего возраста).-2-е изд., испр. и доп.- СПб.: ЛОИРО, 2000.-220с.;
4. Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учебное пособие.-СПб.: Издательство «Музыкальная политра», 2004.
5. Борзов А.А. Народно-сценический танец. (Методические рекомендации и примерная программа для детских хореографических коллективов).-Сыктывкар, 1987.
6. Власова В.И. Танцуют дети: (Сборник с методическими рекомендациями для воспитателей и музыкальных работников детских садов).-Сыктывкар, 1992.
7. Зарецкая Н. В. «Танцы для детей старшего дошкольного возраста». Пособие для практических работников ДОУ – М.: Айрис – пресс, 2005 г.;
8. Калинина О.Н. «Прекрасный мир танца» /г. Харьков 2012 г.;
9. Колодницкий Г. А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей», практическое пособие – М.: Гном – Пресс, 2001 г.;
10. Коренева Т. Ф. «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста» практическое пособие – М.: Гном – Пресс, 2001 г.;
11. Коми челядьлы важъя ворсомъяс/(Сост. Ю.Г.Рочев).- Сыктывкар: Коми книжное издательство, 1988.
12. Михайлова М. А., Воронина Н. В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» / Ярославль «Академия Холдинг» 2000 г.
13. Роот З. Я. «Танцевальный калейдоскоп практическое пособие» – М.: Аркти, 2004 г.;
14. Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика практическое пособие» – М.: Линка – пресс, 2006 г.;
15. Скляр И.Г., Чисталев П.И. Коми народные танцы. Сыктывкар, 1990.
16. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Уч. пос.Выпуски 1-5. СПб.: «Музыкальная палитра». 2005.
17. Учимся петь и танцевать по финно-угорски: сборник песен и танцев финно-угорских с аудио- и видеоматериалами/ сост. Н.Н.Морозова, И.Н.Леонова. Сыктывкар, 2008.
18. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са – фи – дансе» танцевально – игровая ритмика для детей/ Детство – пресс, Санкт - Петербург, 2007г.
19. Холл Д. «Учимся танцевать. Веселые уроки танцев для дошколят». Практическое пособие – М.: АСТ: Астрель, 2009г.;
20. Чиркова Г. И. «Ритмика и хореография в детском саду». Учебно-методическое пособие – г. Белово, 2001 г.;
21. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу», издательский дом «один из лучших», Москва 2008 г.
22. Фольклор-музыка-театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Программно-метод. пособие / Под ред. С.И.Мерзляковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999.

