

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 130 города Пензы «Росток»**

Принято на заседании
Педагогического Совета
МБДОУ детского сада № 130
протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ детского сада №130
города Пензы «Росток»
Е.А. Баранова
«30» августа 2024 г.
Приказ от 30.08.2024 г. № 912-оп

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественной направленности по хореографии**

**Возраст обучающихся: 5-6 лет
Срок реализации программы: 1 год**

Автор-составитель:
Цыганова Елена Владимировна,
музыкальный руководитель

г. Пенза, 2024

Содержание

Пояснительная записка. Актуальность программы	2
Цели и задачи программы	3
Прогнозируемые результаты	5
Формы контроля.....	6
Критерии оценки результатов.....	7
Формы и методы воспитательной работы.....	8
Календарный учебный график.....	10
Учебный план.....	11
Содержание программы	
Содержание учебного плана.....	12
Методическое обеспечение программы	15
Формы проведения занятий с детьми.....	17
Календарно-тематическое планирование	18
Условия реализации программы	27
Литература	
Список используемой литературы	28
Рекомендуемая литература	29
Литература для родителей и детей	29
Нормативно-правовая база	30

Пояснительная записка

- Дополнительная общеразвивающая программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Постановлением Правительства Российской Федерации «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг» от 15.09.2020 г. № 1441.

- Дополнительная общеразвивающая программа по хореографии является программой художественной направленности. Она направлена на формирование и развитие творческих способностей, обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания, выявление и развитие талантливых детей, формирование общей культуры.

Каждое время выносит на вершину внимания и общественного интереса свои актуальные вопросы. Сегодня в России после долгих лет молчания пытаются заговорить о душе и духовности. В данное время считается актуальным ставить главным вопросом – *«воспитание души»*.

Хрупкая душа ребенка подобна цветку. Все общественные проблемы остро отражаются на наших детях. Именно в это не простое время возросла роль дополнительного образования, основным видом деятельности которого является творчество, в результате чего ребенок создает новое, оригинальное, проявляя воображение и реализуя свой замысел, самостоятельно находя средства для его воплощения. Этот сложный и длительный процесс вызывает у ребенка чувство радости, удивления, желание творить, еще и еще приближаясь к мастерству своего наставника. Возникает творческое содружество ребенка и взрослого, в ходе которого происходит взаимное обогащение. В итоге процесс воспитания души тоже становится обоюдным. Именно в этом и заключена *актуальность* данной программы.

Детство – время огромной эмоциональной насыщенности и активной деятельности. Дети особенно восприимчивы к прекрасному – музыке и танцу, поэтому одним из основных направлений работы

хореографической студии является создание доброжелательной творческой атмосферы. Ведь именно она способствует формированию положительной мотивации к обучению детей, выбравших в качестве способа творческой реализации – хореографию. Во время занятий отсутствует всякое принуждение, есть свобода выбора, внимание к индивидуальности каждого ребенка.

Цель: формирование знаний в области хореографической культуры, развитие художественно-творческих способностей средствами хореографии.

Задачи:

1. Овладеть простейшими элементами музыкальной грамоты через движение, ритмические рисунки, хлопки, притопы.

2. Формировать правильную осанку, укреплять суставно-двигательный и связочный аппарат, развивать природные физические данные, корректировать опорно-двигательный аппарат.

3. Развивать основы музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональной сферы, исполнительских умений и навыков.

4. Развивать элементарные пространственные представления; ориентацию детей в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных перестроениях танцевальных рисунков-фигур.

5. Формировать и совершенствовать коммуникативное межличностное общение («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник-ансамбль»).

Данная программа основывается на трёх основных педагогических принципах: природосообразности, культуросообразности, социосообразности:

- природосообразности (воспитывать, опираясь на природу ребенка, учитывая психолого-физиологические и сензитивные особенности);

- культуросообразности (воспитывать чувство «прекрасного», умение жить по законам красоты, правильно понимать и создавать прекрасное в жизни, приобщение к культурному наследию и национальным традициям);

- социосообразности (воспитывать уважение к человеку, умение жить среди людей и для людей).

Обучение хореографии совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, дает возможность обучающимся овладеть разнообразием хореографического искусства, в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности. Освоение материала в основном происходит в процессе практической творческой деятельности. В работе над координацией рук, головы и корпуса педагоги добиваются от детей точности исполнения, стремления повышать технику и эмоциональной передачи характера танца. Прохождение нового материала предполагает постоянное повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. Такие методические приёмы, как «возвращение к пройденному» придаёт объёмность «линейному», последовательному освоению материала в данной программе.

Педагогическая целесообразность программы объясняется значительными возможностями приобщения детей к богатству танцевального искусства, предоставлением хореографического образования. Обучение хореографии совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, даёт возможность обучающимся овладеть разнообразием хореографического искусства, в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности. Освоение материала в основном происходит в процессе практической творческой деятельности. В работе над координацией рук, головы и корпуса дети должны добиваться точности исполнений, стремиться повышать технику и эмоционально передавать характер танца. », последовательному освоению материала в данной программе.

По данной программе могут заниматься дети с разным уровнем хореографической подготовки и дети с ограниченными возможностями физического развития (сколиоз, плоскостопие). Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Формы проведения занятий:

- коллективная, в которой учащиеся рассматриваются как целостный коллектив;
- групповая, в которой обучение проводится с группой учащихся (четыре и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой.

Режим занятий: 2 часа (по 25 минут) 2 раза в неделю во вторую половину дня.

Прогнозируемые результаты:

По окончании обучения воспитанники *знают:*

- правила техники безопасности на занятии и правила поведения в танцклассе;
- основные движения, их названия и правила их выполнения из курсов ритмики и гимнастики;
- терминологию хореографических упражнений;
- правила исполнения на полу и на середине зала гимнастических упражнений согласно программе.

умеют:

- музыкально, самостоятельно и эмоционально исполнять движения;
- исполнять основные движения;

- исполнять упражнения с правой и левой ноги; начинать движения с музыкой и заканчивать вместе с ее окончанием.

Система оценки результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы «Первые шаги» включает в себя уровень сформированных знаний, умений, навыков, уровень развития обучающихся, включающий индивидуальные качества и личностный рост. Участие в концертах, фестивалях, праздниках.

Формы проведения аттестации (формы контроля)

Текущий контроль проводится в течение учебного года в различных формах: участие в праздниках, фестивалях, концертах.

Промежуточная аттестация проводится по итогам учебного года. Форма проведения промежуточной аттестации: открытое занятие для родителей.

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе. Форма проведения итоговой аттестации – итоговое занятие, творческий проект.

Обучение по программе ставит перед собой не только образовательные, но и в первую очередь воспитательные задачи: воспитание и развитие свободной, жизнелюбивой, талантливой личности, готовой к созидательной творческой деятельности и нравственному поведению. Предлагаемые формы и методы работы соответствуют заявленным задачам.

Основной формой работы является совместная творческая деятельность педагогов, воспитанников и родителей.

Таблица зависимости форм и методов воспитательной работы
от общественных категорий

Общественные категории	Формы и методы
<p>Личность ребёнка. Становление образа «Я» -личность (в творческой деятельности): образ «Я» - система представлений о себе как о субъекте деятельности, включающая следующие компоненты:</p> <p>когнитивный (совокупность знаний о своих психологических, индивидуальных особенностях);</p> <p>эмоциональный (наличие определенного оценочного отношения к себе);</p> <p>регуляторный (возможность управлять собственным поведением).</p>	<p>Форма: Организация наблюдения и фиксирования изменений в саморазвитии детей.</p> <p>Метод: поощрение (словесное, с применением карточек)</p>
<p>Коллектив. Организация жизнедеятельности детского хореографического коллектива в соответствии с общепринятыми нравственными нормами человеческого общения, правилами этикета.</p> <p>Создание атмосферы терпимости, доброжелательности, уважения к человеческой личности, взаимопомощи, сотрудничества в коллективной деятельности (содействие коллектива личностному успеху каждого воспитанника).</p>	<p>Формы: занятие-концерт, занятие-погружение, самостоятельная работа воспитанников, занятие-игра, занятие-сказка, занятие-соревнование и т.д.</p> <p>Методы: взаимообучение, работа в парах, взаимовыручка - взаимопомощь (формирование нравственности, милосердия, понимания у воспитанников).</p>
<p>Семья. Социум. Формирование тесного контакта с семьей, участие родителей в процессе воспитания, доступность для</p>	<p>Благотворительные праздники и концерты для семьи и жителей микрорайона, открытые</p>

<p>родителей информации об эффективности процесса воспитания ребенка, его индивидуальных особенностях духовно-нравственного становления, повышения психолого-педагогических знаний родителей.</p>	<p>мероприятий для города, дни открытых дверей, вебинаров для родителей, индивидуальные консультации и рекомендации.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Прогнозируемыми результатами воспитательной работы по программе является воспитание следующих личностных качеств:

- самостоятельность;
- ответственность;
- самообладание;
- целеустремлённость;
- инициативность;
- умение работать в коллективе;
- доброжелательность;
- отзывчивость;
- толерантность.

Календарный учебный график

№ п/п	Тема занятия	Дата	Время проведения занятия	Форма	Кол-во часов	Место проведения
1	Ритмика:	3-4-я неделя каждого месяца; 2-неделя сентября, ноября,	17.00-17.30 (среда, пятница)	Групповая; индивидуальная	42	Музыкальный зал
2	Гимнастика	1-я неделя каждого месяца (с сентября по май); 2-я неделя января.	17.00-17.30 (среда, пятница)	Групповая, индивидуальная	18	Музыкальный зал
3	Постановочная работа	2-я неделя октября; декабря; февраля; марта, апреля; мая.	17.00-17.30 (среда, пятница)	по подгруппам; индивидуальная	12	Музыкальный зал
Каникулярный период: с 26.12.2022 г. по 08.01.2023 года.						
Объем нагрузки (во вторую половину дня):						
Максимальный объем нагрузки в неделю						50 минут
Максимальный объем нагрузки в месяц						400 минут

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1. Курс ритмика				
1.1.	Азбука ритмики	10	2	8
Формы аттестации (контроля): открытое занятие для родителей				
1.2	Ритмические рисунки	10	4	6
Формы аттестации (контроля): открытое занятие для родителей				
1.3	Музыкальные игры	8	2	6
Формы аттестации (контроля): самостоятельное проигрывание игр				
1.4	Основные движения эмоционально-динамического характера	10	4	6
Формы аттестации (контроля): открытое занятие для родителей				
2. Курс гимнастика				
2.1	Общая физическая подготовка (ОФП)	14	2	12
Формы аттестации (контроля): самостоятельное выполнение упражнений				
3. Постановочная работа				
3.1.	Постановочная работа	11	-	11
Формы аттестации (контроля): зачётное занятие				
	ИТОГО:	63	14	49

Содержание учебного плана

Ритмика

Раздел: «Азбука ритмики»

Теория

Знакомство с понятиями: основная стойка, основные положения рук: на поясе, свободное, 1-6 позиции ног.

Знакомство с элементарным музыкальным понятием: высокий, низкий звук

Знакомство с элементарными музыкальными понятиями: быстрый, медленный и средний темп.

Знакомство с элементарными музыкальными понятиями громкая, умеренная и тихая музыка.

Знакомство с музыкальным жанром: марш.

Знакомство с музыкальным жанром: песня.

Знакомство с видом ритмики: игра.

Знакомство с видом ритмики упражнение.

Знакомство с видом ритмики танец.

Знакомство с основным понятием ходьба, её видами.

Знакомство с разновидностями бега.

Знакомство с понятием «прыжковые движения».

Знакомство с понятием «музыкальная игра».

Практика

Выполнение основной стойки, положений рук и ног: 1-6 позиции.

Освоение построения и перестроения: в колонну, в шеренгу, цепочкой.

Освоение построения и перестроения: в круг, свободное размещение по залу.

Контроль

Открытое занятие для родителей

Раздел «Ритмические рисунки»

Практика

Обучение движению вместе с началом музыки и окончанию движения только с окончанием музыкального произведения.

Освоение движений с нужной динамической выразительностью.

Исполнение движений с одновременным исполнением песни.

Контроль

Открытое занятие для родителей

Раздел «Музыкальные игры»

Практика

Разучивание игр «Круговая эстафета», «Весёлый оркестр», «Путешествие в Африку», «Где был Иванушка»

Контроль

Самостоятельное проигрывание игр

Раздел «Основные движения эмоционально-динамического характера»

Практика

Изучение пружинных движений (рук и ног), маховых движения (рук, корпуса, ног).

Изучение ходьбы различного характера (осторожно, бодро, неторопливо, решительно и т.д.);

Разучивание ходьбы с высоким подниманием колен, на полупальцах, пружинящий шаг, топающий шаг на всей ступне.

Разучивание танцевального бега, на полупальцах, с высоким подъемом колен, с выбрасыванием ног вперёд.

Отработка прыжковых движений: лёгкое подпрыгивание на двух ногах, подскоки в продвижении, на месте, высокое подпрыгивание с поджиманием ног; прямой галоп; «мячики» (для мальчиков) -

подпрыгивание в полном приседании по IV позиции.

Открытое занятие для родителей

Гимнастика

Раздел (тема) «ОФП»

Практика

Разучивание упражнений:

- для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;
- для развития гибкости плечевого и поясного суставов;
- для укрепления мышц брюшного пресса;
- для улучшения гибкости позвоночника;
- для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- для улучшения гибкости коленных суставов;
- для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;
- для исправления осанки; для развития силы мышц.

Контроль: Открытое занятие для родителей

Постановочная работа

Раздел «Постановка танцев»

Практика

Постановочная работа для:

- выявления природных возможностей, одаренности к восприятию манеры исполнения танцев той или иной народности.
- формирования двигательных навыков в процессе изучения простейших элементов и движений на середине зала.
- совершенствования и применения техники прыжков и вращений.
- использования различных положений парного танца и выработки навыка общения с партнером.

- развития выразительности, индивидуальной манеры исполнения.

Контроль: Итоговое занятие

Методическое обеспечение программы

Программа построена на 3 основных дисциплинах (курсах): ритмика, гимнастика, постановочная работа.

Курс «Ритмика»

Задачи:

- * научить детей воспринимать музыкальные образы и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки наиболее яркими средствами; выразительности, различать определенные музыкальные жанры, виды ритмики, простейшие музыкальные понятия;
- * развивать эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма,
- * формировать красивую осанку, навыки выразительных пластических движений в игре, танце и упражнениях.

Разделы ритмики:

1. Подготовительные упражнения.

Задачи:

- * научить воспитанников принимать правильное исходное положение;
- * способствовать укреплению отдельных групп мышц и увеличению подвижности суставов;
- * формировать навыки построения и перестроения.

2. Основные движения различного эмоционально - динамического характера (ходьба, бег, прыжковые движения).

Задачи:

- * научить начинать движения вместе с началом музыки и заканчивать движение только с окончанием музыкального произведения;
- * научить придавать движению нужную динамическую выразительность.

3. Музыкальная игра.

Музыкальная игра является одним из основных видов деятельности на занятиях важным методом музыкального развития.

Курс «Гимнастика».

Цель: разностороннее физическое развитие дошкольников: укрепление здоровья детей, формирование двигательных упражнений и навыков, развитие физических качеств (быстрота, ловкость, гибкость, сила, выносливость и т.д.)

1. Задачи:
2. Разучивание гимнастических комплексов, направленных на развитие силы, гибкости, ловкости, укрепление суставов и повышение из подвижности.
3. Оснащение детей запасом движений во всех направлениях и с максимальной амплитудой.
4. Достижение всеми имеющимися средствами (включая и акробатические элементы) высокого уровня устойчивости.
5. Развитие точности, мягкости и легкости исполнения движений.
6. Формирование сильного выносливого дыхания, сосредоточенного внимания.
7. Коррекция недостатков физического развития упражнениями на полу в положении, разгружающем позвоночник (сидя, лежа на спине и животе, стоя на коленях).
8. Развитие силы воли, самостоятельности, стремление доводить начатое дело до конца.

Разделы:

1. ОФП
2. Упражнения художественной гимнастики;

3. Акробатические упражнения.

Курс «Постановочная работа»

Цель – освоение техники исполнения танца.

Задачи:

1. Выявить природные возможности, одаренность к восприятию манеры исполнения танцев той или иной народности.
2. Формировать двигательные навыки в процессе изучения простейших элементов и движений на середине зала.
3. Освоить первоначальные понятия «характер танца», «манера исполнения», «опорная рабочая нога, рука», «вытянутый и сокращенный подъем» и т.д..
4. Познакомить с историей, традицией костюмов разных национальностей;
5. Освоить технику прыжков и вращений.
6. Изучить различные положения парного танца и выработать навыки общения с партнером.
7. Развивать выразительность, индивидуальную манеру исполнения.

Формы проведения занятий

Основными формами работы с детьми являются *групповые занятия*. Так как главная воспитательная задача педагога научить детей взаимодействовать, чувствовать и понимать друг друга, а значит сформировать детский коллектив.

Кроме традиционных занятий в работе с детьми используются *«домашние концерты», класс-концерт и «без репетиций»*.

Ведущие методы обучения – вербальные и иллюстрационно-демонстрационные. Наряду с объяснениями и показом педагога, используются наглядные пособия в виде демонстрации костюмов и видеоматериалов.

Календарно-тематическое планирование

Сентябрь				
2	Вводное занятие. Беседа о правилах поведения на занятии, о технике безопасности.	1	Комплекс упражнений, направленных на развитие природных физических данных.	1
7	Знакомство с понятиями: основная стойка, основные положения рук: на поясе, свободное, 1-6 позиции ног.	1	Выполнение основной стойки. Игра «разрешите пригласить»	1
9			Изучение ходьбы различного характера. Музыкальная игра «обезьянка»	2
14			Разучивание упражнений: для развития подвижности локтевого сустава. Музыкальная игра «художники».	2
16			Разучивание ходьбы с высоким подниманием колен. Пальчиковая гимнастика «червячки»	2
21	Знакомство с элементарными музыкальными понятиями: высокий, низкий звук.	1	Разучивание упражнений: для улучшения гибкости позвоночника. Пальчиковая гимнастика «крабик»	1
23			Разучивание упражнений: для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. Этюд «кошечка»	2
28			Разучивание упражнений: для улучшения подвижности коленных суставов. Этюд «кораблик»	2
30			Разучивание упражнений: для развития подвижности голеностопного сустава. Музыкальная игра «разрешите пригласить»	2

Итого: 18 часов

Месяц	Теоретические занятия	Часы	Практические занятия	Часы
Октябрь				
5	Знакомство с элементарными музыкальными понятиями: громкая, умеренная и тихая музыка.	1	Разучивание упражнений: для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Этюд «веселый оркестр»	1
7			Разучивание упражнений: для улучшения гибкости позвоночника. Этюд «по грибы»	2
12			Разучивание упражнений: для развития гибкости плечевого и поясничного суставов. Этюд «ягодка»	2
14			Разучивание упражнений: для укрепления мышц брюшного пресса: «складочка», «велосипед»	2
19	Знакомство с понятием «характер музыки»	1	Разучивание упражнений: для развития подвижности локтевого сустава. Этюд «лягушата»	1
21			Разучивание упражнений: для развития подвижности голеностопного сустава. Музыкальная игра «угадай движение»	2
26			Разучивание упражнений: для улучшения подвижности коленных суставов	2
28			Перестроение из колонок в круг. Партерная гимнастика. Музыкальная игра «разрешите пригласить»	2

Итого: 16 ч.

Месяц	Теоретические занятия	Часы	Практические занятия	Часы
Ноябрь				
2			Разучивание упражнений: для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.	2
9			Изучение маховых движений рук и ног. Этюд «мельница»	2
11	Знакомство с элементарными музыкальными понятиями: быстрый, медленный и средний темп.	1	Разучивание танцевального бега на полу пальцах с высоким подниманием колен.	1
16			Разучивание упражнений: для развития гибкости плечевого и поясничного суставов. Пальчиковая гимнастика «шарики»	2
18			Отработка прыжковых движений: легкое подпрыгивание на двух ногах. Пальчиковая гимнастика «часики»	2
23			Разучивание упражнений: для укрепления мышц брюшного пресса. Музыкальная игра «обезьянка»	2
25			Разучивание прямого галопа по кругу. Игра «разрешите пригласить»	2
30			Упражнение на растяжение мышц. Этюд «солнышко»	2

Итого: 16 ч.

Месяц	Теоретические занятия	Часы	Практические занятия	Часы
Декабрь				
2			Разучивание упражнений: для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Пальчиковая гимнастика «паучок».	2
7			Элементы партерной гимнастики. Танцевальная игра «художник»	2
9	Музыкальные понятия: марш, полька, вальс. Игра «три кита»	1	Разминка по кругу. Пластический этюд «кошечки».	1
14			Партерная гимнастика. Музыкальная игра «кустики дерева».	2
16			Ходы разного характера. Ориентация в пространстве.	2
21	Знакомство с понятием. «характер музыки»	1	Ритмические хлопки. Игра «веселый оркестр»	1
23			Элементы партерной гимнастики. Игра «магазин игрушек»	2

Итого: 14 ч.

Месяц	Теоретические занятия	Часы	Практические занятия	Часы
Январь				
11			Разминка по кругу. Пальчиковая гимнастика «крабик»	2
13			Разучивание упражнений: для улучшения гибкости позвоночника. Этюд «по грибы»	2
18	Знакомство с музыкальным жанром песня	1	Разучивание упражнений: для развития гибкости плечевого и поясничного суставов. Этюд «ягодка»	1
20			Разучивание упражнений: для укрепления мышц брюшного пресса: «складочка», «велосипед»	2
25	Знакомство с понятием «характер музыки»	1	Разучивание упражнений: для развития подвижности локтевого сустава. Этюд «лягушата»	1
27			Разучивание упражнений: для развития подвижности голеностопного сустава. Музыкальная игра «угадай движение»	2

Итого: 12 ч.

Месяц	Теоретические занятия	Часы	Практические занятия	Часы
Февраль				
1			Разучивание упражнений: для улучшения подвижности коленных суставов	2
3			Перестроение из колонок в круг. Партерная гимнастика. Музыкальная игра «разрешите пригласить»	2
8			Изучение пружинных движений рук и ног. Этюд «мышата»	2
10			Изучение маховых движений рук и ног. Этюд «мельница»	2
15	Знакомство с элементарными музыкальными понятиями: быстрый, медленный и средний темп.	1	Разучивание танцевального бега на полу пальцах с высоким подниманием колен.	1
17			Разучивание упражнений: для развития гибкости плечевого и поясничного суставов. Пальчиковая гимнастика «шарики»	2
22			Отработка прыжковых движений: легкое подпрыгивание на двух ногах. Пальчиковая гимнастика «часики»	2
24			Разучивание упражнений: для укрепления мышц брюшного пресса. Музыкальная игра «обезьянка»	2

Итого: 16 ч.

Месяц	Теоретические занятия	Часы	Практические занятия	Часы
Март				
1			Разучивание прямого галопа по кругу. Игра «разрешите пригласить»	2
3			Упражнение на растяжение мышц. Этюд «солнышко»	2
10			Разучивание упражнений: для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Пальчиковая гимнастика «паучок».	2
15			Элементы партерной гимнастики. Танцевальная игра «художник»	2
17	Музыкальные понятия: марш, полька, вальс Игра «Три кита»	1	Разминка по кругу. Пластический этюд «кошечки».	1
22			Партерная гимнастика. Музыкальная игра «кустики деревьев».	2
24			Ходы разного характера. Ориентация в пространстве.	2
29	Знакомство с понятием. «характер музыки»	1	Ритмические хлопки. Игра «веселый оркестр»	1
31			Элементы партерной гимнастики. Игра «магазин игрушек»	2

Итого: 18 ч.

Месяц	Теоретические занятия	Часы	Практические занятия	Часы
Апрель				
5			Разминка по кругу. Пальчиковая гимнастика «крабик»	2
7			Партерная гимнастика. Музыкальная игра. «угадай животного»	2
12	Знакомство с элементарными музыкальными понятиями: громкая, умеренная и тихая музыка.	1	Разучивание упражнений: для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Этюд «веселый оркестр»	1
14			Разучивание упражнений: для улучшения гибкости позвоночника. Этюд «по грибы»	2
19			Разучивание упражнений: для развития гибкости плечевого и поясничного суставов. Этюд «ягодка»	2
21			Разучивание упражнений: для укрепления мышц брюшного пресса: “складочка”, «велосипед»	2
26	Знакомство с понятием “характер музыки”	1	Разучивание упражнений: для развития подвижности локтевого сустава. Этюд «лягушата»	1
28			Разучивание упражнений: для развития подвижности голеностопного сустава. Музыкальная игра «угадай движение»	2

Итого: 18 ч.

Месяц	Теоретические занятия	Часы	Практические занятия	Часы
Май				
3			Перестроение из колонок в круг. Партерная гимнастика. Музыкальная игра «разрешите пригласить»	2
5			Разучивание упражнений: для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.	2
10	Знакомство с элементарными музыкальными понятиями : быстрый, медленный и средний темп.	1	Разучивание танцевального бега на полу пальцах с высоким подниманием колен.	1
12			Разучивание упражнений: для развития гибкости плечевого и поясничного суставов. Пальчиковая гимнастика «шарики»	2
17			Отработка прыжковых движений: легкое подпрыгивание на двух ногах. Пальчиковая гимнастика «часики»	2
19			Разучивание упражнений: для укрепления мышц брюшного пресса. Музыкальная игра «обезьянка»	2
24			Разучивание прямого галопа по кругу. Игра «разрешите пригласить»	2
26			Упражнение на растяжение мышц. Этюд «солнышко»	2

Итого: 16 ч.

Условия реализации

Для реализации данной программы необходимы педагогические кадры, имеющие среднее специальное или высшее образование, имеющих квалификацию «преподаватель хореографических дисциплин».

Подразумевают наличие танцевального (музыкального) зала, музыкальных инструментов (фортепиано или баян), костюмерной, видео и аудиоаппаратуры.

Список используемой литературы

1. Гогунев Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта. – М.: Издательский центр «Академия», 2000
2. Попова Е.Г., Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М.: Терра-спорт, 2000
3. Фольклор – музыка – театр: программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Программно-методическое пособие / под ред. Мерзликовой С.И. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 1999
4. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рельеф, 1999
5. Ю.Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка. Учебное пособие для вузов искусств и культуры. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003.
6. Матвеева В.Ф. Теория и методика преподавания русского народного танца: Учебное пособие. – С-Пб.: Изд-во С-Пб ГУП, 1999.
7. Власенко Г.Л. Танцы народов Поволжья. – Самара: Изд-во «Самарский университет», 1992.
8. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература». – СПб.: Изд-во «Лань», 2001.
9. Звездочки В.А. Классический танец. Учебное пособие для студентов высших и средних учебных заведений искусств и культуры. – Ростов н/Д: «Феникс», серия «Учебники и учебные пособия», 2003.

Литература для родителей и детей

1. В. Пасютинская. Волшебный мир танца. // М, «Просвещение», 1985.
2. Секрет танца. // С-Пб; «Диамант», «Золотой век», 1997.
3. Поэль Карп. Младшая муза. // М., «Современник», 1997.
4. Т. Барышникова. Азбука хореографии. // М., «Айрис пресс», 2000.
5. Детская энциклопедия. Балет. // М., «Астрель-АСТ», 2001.
6. Балет. Уроки. Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе. // М., «Астрель-АСТ», 2003.
7. Люси Смит. Танцы. Начальный курс. // М, «Астрель-АСТ», 2001.
8. Учимся танцевать. Азбука балета. // М., 2001.
9. Н. Шереметьевская. Танец на эстраде. // М., «Искусство», 1985.
10. Т.М. Фисанович. Танцы для девочек. // М., «Астрель-АСТ», 2000.
11. Растислав Захаров. Слово о танце. // М., «Молодая гвардия», 1977.
12. Геннадий Пожидаев. Повесть о танце. // М., «Молодая гвардия», 1977.
13. М. Плисецкая. Я, Майя Плисецкая... // М., «Новости», 1994.
14. Татьяна Кравченко. Галина Уланова. // Смоленск, «Русич», 1999.
15. Вера Красовская. Павлова. Нижинский. Ваганова. // М., «Аграф», 1999.
16. Игорь Моисеев. Я вспоминаю... Гастроль длиною в жизнь. // М., «Согласие», 2001.

Нормативно-правовая база

Дополнительное образование детей – это целенаправленный процесс воспитания, обучения и развития личности, с помощью дополнительных общеобразовательных программ, дополнительных образовательных услуг.

Согласно нормативно-директивным документам, дополнительное образование трактуется как дополнительная услуга детям и их родителям. Дополнительное образование организуется со старшими дошкольниками.

Основная цель – удовлетворить постоянно изменяющиеся индивидуальные, социокультурные и образовательные потребности детей.

Дополнительная общеразвивающая программа «Первые шаги» по художественно-эстетическому развитию разработана в соответствии с нормативно-правовой базой:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»:

Ст.23. Типы образовательных организаций

«Дошкольные образовательные организации осуществляют образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования, присмотр и уход за детьми; и по дополнительным общеразвивающим программам».

Ст.75. Дополнительное образование детей и взрослых

«Дополнительное образование детей обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности. Дополнительные общеобразовательные программы для детей должны учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей».

ст.75.3. «К освоению дополнительных общеобразовательных программ допускаются любые лица без предъявления требований к уровню образования, если иное не обусловлено спецификой реализуемой образовательной программы».

ст.75.4. «Содержание дополнительных общеразвивающих программ и сроки обучения по ним определяются образовательной программой,

разработанной и утвержденной организацией, осуществляющей образовательную деятельность».

- Конвенция о правах ребенка (Резолюция 44-25 генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 г.);

- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.4.3648-20» «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598 - 20» «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID – 19)»;

- Постановление Правительства Российской Федерации «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг» от 15.09.2020 г. № 1441;

- Закон Пензенской области от 04.07. 2013 года № 2413-ЗПО (в редакции от 02.12.2016 г.) «Об образовании в Пензенской области» от 04 (принят Законодательным Собранием Пензенской области 28 июня 2013 года).;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

- Лицензия № 11875 от «18» мая 2016 года на осуществление образовательной деятельности. Дошкольное образование. Дополнительное

образование детей и взрослых, выданное Министерством образования Пензенской области.

- Устав МБДОУ детского сада № 130 г.Пензы «Росток», утвержденный приказом Управления образования г.Пензы от 11.11.2015 г.