



РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА
на педагогическом совете МБДОУ
« Балтасинский детский сад № 3
общеразвивающего вида»
Протокол № 1 от 29.08. 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА
и введена в действие приказом
заведующего МБДОУ
«Балтасинский детский сад
№ 3 общеразвивающего вида»
Приказ № 51 от 15.08. 2025г.

Г.Ф. Хакимуллина

**Рабочая программа
дополнительного образования
Ганиевой Фании Файлевны
«Хореография»
Возраст обучающихся: 3-7 лет
Срок реализации программы: 2025-2026 учебный год**

2025 год

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Календарно-тематический план.....	4
Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.....	6
Список литературы.....	7

Пояснительная записка

Дети младшего возраста отличаются, как известно, большой подвижностью, неустойчивостью внимания, неумением долго сосредотачиваться на одном задании. Поэтому следует ограничиваться небольшим количеством самых необходимых подготовительных упражнений: сохранение правильной осанки, ознакомление с основными положениями ног и рук, развитие первоначальных танцевальных навыков. Большое внимание уделяется ритмическим упражнениям, построенным на простых движениях, которые принимают игровую форму и развиваются у детей навык согласовать свои движения с музыкой. В младшем возрасте закладываются основы, от которых в дальнейшем будет зависеть успех занятий ритмикой и танцем. Дети должны усвоить правильную постановку корпуса (при этом нужно обратить внимание на природные особенности сложения детей): укрепить и развить мышечный аппарат (особенно поясницы, брюшного пресса, укрепление глубоких мышц спины, передних связок грудного отдела позвоночника); научится дифференцировать работу различных групп мышц, владеть центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс, развить прыгучесть, чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Цель программы: Создание валеологически обоснованных условий, способствующих совершенствованию индивидуального здоровья детей средствами двигательной активности (ритмика, танец).

Задачи:

1. Развитие и сохранение здоровья детей младшего возраста;
2. Развития эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности;
3. Воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Форма занятий:

1. Ритмика;
2. Танцевальная азбука;
3. Танцевальные движения;
4. Танцевальный репертуар.

Раздел 1. Ритмика включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, запас музыкальных впечатлений, используя их в разных видах деятельности, развиваются чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и особенно, умение согласовывать музыку с движением.

Раздел 2. Танцевальная азбука содержит элементы классического и народного танца. Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению

физических недостатков, в осанке вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

Задачей педагога при работе с детьми на первом этапе является правильная постановка корпуса, ног, рук, головы, развитие физических данных, выработка элементарной координации движений.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку детей, не допуская перенапряжения, а также учить их правильно дышать при исполнении упражнений и танцев.

Раздел 3. Танцевальные движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Очень важно обогатить детей запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.

Раздел 4. Танцевальный репертуар включает народные и бальные танцы. При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие танцевальной выразительности.

Педагог должен проявлять определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, творчески решать вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей. Педагог может перенести изучения или вовсе исключить из программы те движения, прохождение которых окажется, недоступным в связи с ограниченностью возможностей детей. С другой стороны, в зависимости от необходимости, педагог может расширить тот или иной раздел программы. Возможно также некоторое изменение в порядке прохождения материала.

Календарно-тематическое планирование занятий для детей 3-5 года

№	Наименование разделов и тем	Календарные сроки
1-3	Что такое хореография. Направления в хореографии. Такие разные танцы. Понятия ритм и темп. Основные позиции и положения рук и ног в хореографии, постановка корпуса и головы, осанка. Опорная и рабочая нога. Упражнения для закрепления пройденного. Разучивание поклона-приветствия.	02.10 07.10-09.10
4-9	Основные шаги и связки в танцах. Координированные упражнения рук и ног. Разучивание движений разминки на середине для разных групп мышц, растяжка. Выворотное и не выворотное положение ног	14.10-16.10 21.10-23.10 28.10
10-12	Понятия ритма и темпа в музыке. Такт и затакт. Ритмические упражнения. Знакомство с ритмом марш. Движения под марш. Изучение легких прыжков	30.10 11.11-13.11
13	Партерная гимнастика	18.11
14-18	Направления и порядок передвижений, интервалы, точки зала, диагонали. Перестроения.	20.11 25.11-27.11 02.12-04.12
19-24	Изучение массового танца «Веселые грибочки».	09.12-11.12 16.12-18.12 23.12-25.12
25-26	Изучение элементов классического танца.	13.01-15.01
27-28	Изучение элементов и движений народно-характерного танца.	20.01-22.01

29	Партерная гимнастика	27.01
30-34	Знакомство с базовыми движениями русского народного танца. Танцевальная композиция «Калинка».	29.01 03.02-05.02 10.02-12.02
35	Партерная гимнастика	17.02
36-40	Направления и стили в хореографии. Знакомство с движениями бального танца	19.02 24.02-26.02 03.03-05.03
41-47	Постановка массового танца "Клоуны".	10.03-12.03 17.03-19.03 24.03-26.03 31.03
48-52	Знакомство с базовыми движениями в стиле Хип-Хоп. Танцевальная композиция «Это лучший день».	02.04 07.04-09.04 14.04-16.04
53	Партерная гимнастика.	21.04
54-58	Постановка танцевальной композиции «Горошины»	23.04 28.04-30.04 05.05-07.05
59-63	Изучение движений в стиле рок-н- ролл. Постановка танцевальной композиции «Современные дети».	12.05-14.05 19.05-21.05 26.05
64	Итоговое занятие	28.05

Календарно-тематическое планирование 5 -7 лет

№	Наименование разделов и тем	Календарные сроки
1-3	Что такое хореография. Направления в хореографии. Такие разные танцы. Понятия ритм и темп. Основные позиции и положения рук и ног в хореографии, постановка корпуса и головы, осанка. Опорная и рабочая нога. Упражнения для закрепления пройденного. Разучивание поклона-приветствия.	03.10 06.10-10.10
4-6	Основные шаги и связки в танцах. Координированные упражнения рук и ног. Разучивание движений разминки на середине для разных групп мышц, растяжка. Выворотное и не выворотное положение ног	13.10-17.10 20.10
7-9	Понятия ритма и темпа в музыке. Такт и затакт. Ритмические упражнения. Знакомство с ритмами марша и польки. Движения под марш. Основные шаги и движения польки.	24.10-27.10 31.10
10	Партерная гимнастика	07.11
11-15	Направления и порядок передвижений, интервалы, точки зала, диагонали. Перестроения.	10.11-14.11 17.11-21.11 24.11
16-22	Знакомство с базовыми движениями удмуртского народного танца. Танцевальная композиция "Мудорвай".	28.11 01.12-05.12 08.12-12.12 15.12-19.12
23-24	Изучение элементов классического танца.	22.12-26.12
25-26	Изучение элементов и движений народно- характерного танца.	29.12 12.01
27	Партерная гимнастика	16.01

28-32	Изучение движений татарского народного танца. Постановка танцевальной композиции "Шаян татар биюе".	19.01-23.01 26.01-30.01 02.02
33	Партерная гимнастика	06.02
34-38	Направления и стили в хореографии. Знакомство с движениями в стиле латиноамериканских танцев	09.02-13.02 16.02-20.02 27.02
39-44	Постановка массового танца «Под звуки испанской гитары».	02-03-06.03 13.03 16.03-20.03 23.03
45-49	Знакомство с базовыми движениями в стиле Хип-Хоп. Танцевальная композиция "До ре ми".	27.03 30.03-03.04 06.04-10.04
50	Партерная гимнастика.	13.04
51-55	Изучение массового танца "Кнопочки".	17.04 20.04-24.04 27.04 04.05
56-60	Постановка танцевальной композиции "А у нас во дворе".	08.05 15.05 18.05-22.05 25.05
61	Итоговое занятие	29.05

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

Для успешной реализации данной программы необходимо:

материально-техническое обеспечение, которое должно соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Минимально необходимый для реализации программы включает в себя:

1. хореографический класс или зал, имеющее пригодное для танца напольное покрытие, станки, зеркала;
2. наличие музыкальной технической аппаратуры, партерные коврики;
3. костюмерную, располагающую необходимым количеством для репетиционного процесса и сценических выступлений;

Учебно-наглядные пособия:

1. дидактические игры;
2. костюмы;
3. атрибутика к танцам.
4. музыкальный центр

Список литературы

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (М.: Айрис Пресс, 2012)
2. Скрипниченко «Чудо-ритмика»/ программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет, (Соликамск, 2010)
3. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат» (М.: ТЦ Сфера, 2009)
4. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (С.-П., 2011)
5. Васильева Т. К. «Секрет танца» (С.-П.: Диамант, 2014)
6. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике (М., 2012)
7. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы» (М.: ВАКО, 2007)
8. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение» (М.: «Просвещение», 1983)
9. Тагиров Г.Х. «100 татарских фольклорных танцев» (Казань: Татарское кн.изд-во, 1988)
10. Боброва Г.А. «Художественная гимнастика в школе» (М., Физ-ра и спорт», 1978)
11. Галеев Э., Ханбиков Я. «Татарские народные игры и праздники» (Казань: Татарское кн.изд-во, 1985)
12. Богданов Г.Ф. «Урок русского народного танца» (М: Люберецкая хор-ая школа, 1995)
13. Власенко Г.Я. «Танцы народов Поволжья» (Изд-во «Самарский университет», 1992)
14. Климов А. «Основы русского народного танца» (М.: Искусство, 1981)
15. Коваленко В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (М.: ВАКО, 2009)
16. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (М.: Просвещение, 1989)
17. Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу». (М., 2008)
18. Шульгина А.Н. «Бальные танцы» (М.: Сов.Россия, 1988)
19. Алексеева Л.Н. «Сюжетные танцы» (М.: Сов.Россия, 1985)
20. Степанова Л.Г. «Танцы народов России» (М.: Сов.Россия, 1973)
21. Беликова А.Н. «Бальные танцы» (М.: Сов.Россия, 1984)
22. Скляр В.М., Горшков В.Н. «Татарские танцы» (Казань, Магариф, 2002)
23. Константинова Л. Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. (СПб: Просвещение, 2011)
24. Захаров В. М. Радуга русского танца. (М.: Вита, 2014)

Лист согласования

Тип согласования: **последовательное**

N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Хакимуллина Г.Ф.		Подписано 05.11.2025 - 14:56	-