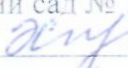


муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида №120» городского округа Самара

РОССИЯ, 443095, г. САМАРА, ул. Ташкентская, д. 144  
тел.: (846)956-08-42; факс: (846) 956-28-96; e-mail: [so\\_sdo.ds120@samara.edu.ru](mailto:so_sdo.ds120@samara.edu.ru)

ПРИНЯТО  
на заседании педагогического совета  
Протокол №4 от «11» 11 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 120» г.о. Самара  
 Л.И. Хивинцева  
Приказ № 61-ц от «02» 09 2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ФАНТАЗЁРЫ»**

Возраст воспитанников: 4-5 лет

Направленность: художественная

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:  
Касимова Оксана Анатольевна,  
педагог-хореограф

Самара, 2024 г.

## Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Учебный план	7
3. Учебно-тематический план	8
4. Содержание программы	8
5. Ресурсное обеспечение программы	9
6. Список литературы и интернет - ресурсов	10

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Фантазёры» (Далее – Программа) имеет художественную направленность.

В работе над программой была использована программа научно-методического центра по художественному образованию (Москва, 1988-1992г.) по учебной дисциплине «Ритмика». В программе учтены требования к современному дополнительному образованию оздоровительная, физическая, творческая и эмоционально-познавательная активность детей дошкольного возраста.

Составление данной Программы основано на личном педагогическом и практическом опыте работы.

Данная Программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- приобщение дошкольников к хореографическому искусству;
- развитие мотивации детей дошкольного возраста к познанию и творчеству;
- сохранение и охрана здоровья детей.

С целью воспитания данная Программа по хореографии формирует нравственность, культуру поведения, самостоятельность, любознательность, закладывает основы эстетики.

Для дошкольников хореография, как правило, начинается с развития чувства ритма, с изучения простых танцевальных движений под музыку, выполнения пластических этюдов, которые сопровождаются мимикой и жестами, связанными с эмоциональными впечатлениями ребенка.

Систематические занятия хореографией дают возможность выходу физической и эмоциональной энергии ребенка, помогают сформировать правильную осанку, приобрести индивидуальные исполнительские навыки, развить гибкость, улучшить координацию движений, что способствует оптимизации роста и укреплению опорно-двигательного аппарата дошкольника.

Игровые моменты повышают физическую активность, дети становятся ловкими, хорошо координированными, физически совершенными, а значит, здоровыми, закаленными, эмоционально богатыми и эстетически развитыми.

Во время занятий с дошкольниками обязательно используются элементы игры, что позволяет им не только весело и жизнерадостно познавать мир, расширяя свой музыкальный кругозор, но и накапливать социальный и интеллектуальный опыт, благодаря чему у ребенка формируется четкая поведенческая структура.

**Актуальность данной Программы** – заключается в формировании духовно – нравственной и гармонично развитой личности, пробуждении мотивации занятием хореографией, раскрытии индивидуальных творческих способностей, приобщении к концертным выступлениям, способствующих положительной самооценке, а главное в сохранении и укреплении здоровья дошкольника.

Программа является **актуальной и востребованной** в современном обществе.

Программа составлена в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный Закон №273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические

- требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
4. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

**Педагогической целесообразностью** данной Программы является возможность использования познавательных и воспитательных задач, которые способствуют формированию и развитию творческих и индивидуальных способностей дошкольников, чувства прекрасного, эстетического вкуса, нравственности.

В дошкольном возрасте внимание детей ещё неустойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому они нуждаются в частой смене движений. Для успешного достижения результатов необходимо чередовать разные виды музыкально- ритмической деятельности: использовать музыкально-ритмические игры, этюды, пальчиковую гимнастику. Они коротки, разнообразны и доступны детям по содержанию. Особое место в программе уделяется подбору музыкально-ритмического репертуара, который выполняется ежегодно в связи с **современными требованиями**. При этом он отвечает требованиям высокой художественности, воспитывает вкус ребёнка и обогащает его разнообразными музыкальными впечатлениями, вызывая моторную реакцию, а также удобен для двигательных упражнений.

Стремясь к максимальной эффективности занятий, необходимо осуществлять строгий отбор содержания материала, предлагаемого к изучению. Основными критериями отбора хореографических движений служат возрастные физиологические и психологические особенности детей дошкольного возраста, уровень влияния движений на формирование правильной осанки, развитие координации, воспитание художественно-эстетического вкуса.

Учёт индивидуальных и возрастных особенностей дошкольников на занятиях хореографией является неотъемлемой частью организации образовательного процесса. Поэтому педагогу необходимо первоначально выявить потенциальные задатки индивидуально у каждого ребенка, а в дальнейшем развивать интерес и уровень хореографических задатков с тем, чтобы подвести ребенка к совершенно новому творческому уровню посредством хореографии.

Во время обучения хореографией в этой возрастной категории каждый ребенок требует индивидуального подхода, с учетом его индивидуальных особенностей.

При организации учебно-воспитательного процесса педагог должен быть в какой-то мере психологом и уметь разобраться в яркой индивидуальности детей, хорошо знать и понимать психологические закономерности в формировании его личности.

**Новизна** данной Программы выражается в создании культурно-эстетической среды для успешного развития дошкольников и заключается в индивидуальном подходе к каждому ребенку, в учете их возрастных особенностей, обеспечении оптимальной физической нагрузки, способствующих успешному личностному росту.

Полученные знания в дальнейшем используются в жизнедеятельности детей.

Педагогом должны быть созданы следующие условия организации жизнедеятельности:

- приобщение к духовно-нравственным ценностям;
- игровые моменты во время занятий для общения и творческого самовыражения;
- создание дружного хореографического коллектива.

**Отличительной особенностью** этой программы является комплексность. Комплекс хореографических дисциплин объединен общей целью, единым подходом к содержанию, организации, результатом педагогической деятельности по двум

образовательным модулям: «Танцевальная азбука», «Партерная гимнастика».

Программа построена на принципах последовательного, поэтапного, систематического и непрерывного обучения.

Программа реализует обучение в сотрудничестве с педагогами других предметов и осуществляет целенаправленное решение комплекса учебно-воспитательных задач с учетом новых программ и требований, реализуя комплексный подход к воспитанию.

Форма интегрированного занятия в процессе обучения хореографией позволяет сформировать положительную мотивацию при обучении таких предметов как музыка, физкультура, математика, ИЗО, МХК.

Занятия хореографией помогают понять определённые математические термины: при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три - (параллельные прямые), в круг - (окружность), диагональ.

Связь хореографии и музыки способствует развитию эмоциональной сферы дошкольников и приобщает к духовно-нравственным ценностям.

**Цель программы:** Формировать у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений. Укреплять здоровье, корректировать осанку детей за счет систематического и профессионального проведения НОД, основанного на классических педагогических принципах обучения и внедрению инновационных форм и методов воспитания дошкольников.

#### **Задачи:**

- 1. Обучающие** - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и эстрадного танца, элементам музыкальной грамоты и основам актерского мастерства и партерной гимнастики. Научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.
- 2. Развивающие** - развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству.
- 3. Воспитательные** - воспитание эстетически-нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбию, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе.

#### ***Возраст учащихся***

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста от 4 до 5 лет.

#### ***Срок реализации программы.***

Программа рассчитана на 8 месяцев, занятия 2 раза в неделю, всего на 66 часов.

***Формы организации деятельности:*** по группам.

***Формы обучения:*** используются теоретические, практические, комбинированные. Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают: практическое занятие с использованием беседы, объяснения, игры, самостоятельной работы, конкурсов, рассказов через наглядные просмотры.

#### ***Режим занятий***

Периодичность занятий: одно занятие в неделю во второй половине дня. Продолжительность занятий (в соответствии с требованиями СанПиН и спецификой дошкольного образования):

для средней группы - 20 мин.

### **Основные принципы построения программы:**

- *Принцип доступности изучаемого материала.* Предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей детей и в связи с этим – определение посильных для них заданий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка, степени сложности заданий.

- *Принцип «от простого – к сложному».* Заключается в постепенном усложнении изучаемого материала, в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема интенсивности нагрузок. Обязательным условием успешного обучения также является чередование физических нагрузок с музыкально-ритмическими играми.

- *Принцип систематичности.* Заключается в непрерывности и регулярности занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня знаний и умений.

- *Принцип повторяемости материала.* Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях вырабатывается мышечная память и тогда ребенок может больше внимания уделять эмоциям во время исполнения танца.

- *Принцип сотворчества педагога и воспитанника:* взаимодействие педагога и родителей, родителей и детей-воспитанников дошкольного учреждения.

### **Необходимыми условиями по организации педагогического процесса является:**

– использование современных технологий организации педагогического процесса;

– знакомство с различными формами традиционной народной культуры: прикладным художественным творчеством, особенностями танцевальных движений, отличительными особенностями национальных костюмов.

### **Возрастные особенности детей 4-5 лет:**

При изучении различных танцевальных поз, шагов, движений педагогу нужно широко использовать метод аналогии с животным и растительным миром, который активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление. Педагог выстраивает танцевальный миникомплекс, основанный на имитации движений и повадок зверей и птиц. Большое значение на уроках с дошкольниками имеет музыкальное сопровождение. Музыка должна носить четкий ритмический характер и отвечать эмоциональной окраске конкретного движения.

### **Методы и приемы, используемые при реализации программы:**

- Игровой метод;
- Метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды;
- Метод показа;
- Метод повторения;
- Метод коллективного творчества;
- Метод объяснения;
- Метод иллюстративной наглядности.

## Ожидаемые результаты

*Средняя группа 4-5 лет:*

- Ребёнок способен ритмично двигаться под музыку в умеренном и быстром темпе, овладевает навыками основных движений (ходьба, легкий бег, прыжковые движения), элементарными плясовыми и образно-игровыми движениями, способен выполнять по показу и самостоятельно однонаправленные общеразвивающие движения;
- способен выполнять несложные перестроения (круг, несколько кружков, парами по кругу и врассыпную);
- способен эмоционально откликаться на музыку различного характера: веселую и грустную;
- проявляет самостоятельность при подборе соответствующих по образу и настроению иллюстрации к музыке (осень, зима, весна, лето, веселый и усталый человек и т.д.);
- обладает умением выражать эмоции в образно-игровых движениях под музыку;
- овладел умением участвовать в групповых формах музыкальной деятельности;
- способен осознанно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в музыкальных играх, хороводах, общих плясках;
- овладел умением выполнять действия по образцу и самостоятельно;
- способен слушать взрослого и других детей, понимать речь. Овладел способностью выполнять действия по инструкции во всех видах музыкальной деятельности.

## Форма контроля

Педагогическое наблюдение, открытые занятия для родителей в I и II полугодии, выступления на утренниках.

## 2. Учебный план.

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов
		4-5 лет
1	Инструктаж по технике безопасности	1
2	«Ганцевальная азбука»	25
3	«Партерная гимнастика»	25
4	Постановочная работа: этюды, танцы	15
Всего:		<b>64</b>

### 3. Учебно-тематический план

#### Средняя группа

№ п/п	Наименование разделов	Количество занятий		Форма контроля
		Теория	Практика	
1	Инструктаж по технике безопасности	1	-	-
2	«Танцевальная азбука»: -вводное занятие. Знакомство с танцем. - постановка корпуса, рук, ног, головы - различные шаги под музыку со сменой темпа и ритма, бег, подскоки, прыжки - хлопки, притопы на разный ритмический рисунок - музыкально-танцевальные импровизации и игры	7	18	Педагогическое наблюдение, педагогическая диагностика развития хореографических способностей
3	«Партерная гимнастика»: - упражнения для развития выворотности в голеностопном и тазобедренном суставе - упражнения на осанку - упражнения на гибкость спины - упражнения на растяжку	7	18	Педагогическое наблюдение, педагогическая диагностика развития хореографических способностей
4	Постановочная работа: -этюды -танцы		15	Открытое занятие, выступление на утренниках
	Всего:		<b>66</b>	

### 4. Содержание программы

Средняя группа 4-5 лет

#### Раздел 1. «Танцевальная азбука» - 25 часов

**Тема 1.1.** Вводное занятие. Знакомство с танцем.

Теория. Инструктаж о правилах поведения на занятиях и технике безопасности, беседа «Что такое танец».

**Тема 1.2.** Постановка корпуса, рук, ног, головы.

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Изучение поклона по VI позиции. Изучение I позиции ног. Разминка: по кругу, положения рук во время разминки. Пяточки вместе носочки врозь (пяточки дружат, носочки поссорились), пяточки вместе, носочки вместе (дружат). Руки на поясе,



верху (тянутся к солнышку), за спиной, в стороне (натянутые стрелочки). *Battement tendu* вперед на носок и на пяточку.

**Тема 1.3.** Различные шаги под музыку со сменой темпа и ритма, бег, подскоки, прыжки. Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Обычный шаг, шаг с носочка, шаги на полупальцах, приставной шаг, шаг с *plié*, галоп, марш, бег взхлест. Подскоки с ноги на ногу, прыжки на двух ногах.

**Тема 1.4.** Упражнения с хлопками и притопами.

Теория. Понятие музыкальной фразы и техника исполнения притопов.

Практика. Разминка: шаги по кругу на целой стопе, полупальцах, пятках, с поднятием колена «лошадка», бег на полупальцах. Каждый вид исполняется на 16 тактов 2/4. Хлопки под музыку на каждый такт. Хлопки в паре в ладоши. Притопы одной ногой, поочередно. Различные упражнения с хлопками и притопами на разный ритмический рисунок.

**Тема 1.5.** Музыкально-танцевальные игры

Теория. Правила игры

Практика. «Бабочки» - спокойные и мягкие шаги на полупальцах под соответствующую музыку, по окончанию музыки – замереть в любой позе, ведущий должен повторить понравившуюся позу. «Зоопарк» по заданию преподавателя изображаем животное под музыку. «Зайки» развитие воображения: воображаемые лапки, хвостик, ушки. «Кошки-мышки» - музыкальная игра на актерское мастерство и на развитие воображения.

## **Раздел 2. «Партерная гимнастика» - 25 часов**

**Тема 2.1.** Упражнения на растяжку

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. «Лягушка», «лягушка» с вытянутыми руками вверх, «лягушка» на животе, «складочка» сидя с вытянутыми ногами вперед, тянемся руками к стопам, не сгибая колен. Наклоны в стороны сидя, ноги разведены в стороны. Упражнения на развитие выворотности стоп и тазобедренного сустава.

**Тема 2.2.** Упражнения на растяжку спины

Теория. Техника исполнения упражнений.

Практика. Добрая и злая кошечка стоя на четвереньках; упражнение на гибкость спины, лежа на животе; коробочка; «кошечка под забором».

## **Раздел 3. Постановочная работа – 15 часов**

Практика. Разучивание этюдов или танцевальных номеров на выбор, по соответствующей тематике к празднику/мероприятию, проводимых в саду или по любой тематике по усмотрению педагога

## **5. Ресурсное обеспечение программы**

*Информационно-методическое обеспечение* включает в себя перечень:

- дидактические игры, пособия и материалы;

- методическая продукция по разделам программы;
- разработки из опыта работы (конспекты).

Применяемые технологии и средства обучения и воспитания.

В образовательном процессе используются элементы педагогических технологий: здоровьесберегающая, игровая, личностно-ориентированная, информационно-коммуникативная, технология коллективного способа обучения, технология интегрированного и проблемного обучения, технология наглядного моделирования.

Средства обучения: портативная колонка

#### *Материально-техническое обеспечение*

Занятия по программе проводятся на базе МБДОУ «Детский сад № 120» г.о.

Самара. Занятия организуются в музыкальном зале, соответствующем требованиям СанПиН и техники безопасности.

В помещении имеется следующее оборудование:

- стулья;
- ноутбук, проектор, проигрыватель.

#### **6. Список использованной литературы.**

1. Азбука хореографии – Барышникова Т.(г. Москва 1999год);
2. Ритмическая мозаика - Буренина А.И.(г. Санкт – Петербург 2000 год);
3. «Танцевальная мозаика» - хореография в детском саду – Слуцкая С.Л.(2006 год);
4. Ладушки «Потанцуй со мной дружок» - Каплунова И., Новоскольцева И.;
5. «Са-фи-дансе» -танцевально-игровая гимнастика для детей – Фирилёва Ж.Ё., Сайкина Е.Г.;
6. Танцевальная ритмика – Суворова Т.;
7. «Расскажи стихи руками» - Егоров В. (г. Москва 1992 года).