

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по
физическому развитию детей № 27 «Золотая рыбка» города Обнинск**

Утверждаю

Заведующий МБДОУ «Детский сад №
27 «Золотая рыбка»

_____ И.А.Ушакова

«_____» _____ 2024 год.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественно – эстетической направленности
танцевальный кружок «Непоседы»**

Составитель: Логачева Дарья Андреевна

Воспитатель

г. Обнинск, 2024

Пояснительная записка

«Танцуй для себя. Если кто-то понимает – хорошо, если нет – не важно, продолжай делать то, что любишь».

Луис Хорст.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляются все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным, всесторонне развитым. Наиболее полное раскрытие творческого потенциала личности дошкольника, определяется через выбор танцевального направления. Танцевальное движение — это один из наиболее продуктивных видов музыкальной деятельности с точки зрения формирования

у дошкольников музыкального творчества и творческих качеств личности.

Программа танцевального кружка «Непоседы» ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать развитию творческих способностей, формированию интереса к танцевальной деятельности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца.

Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения,

непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами.

Научатся основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, дадут организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов

спорта. Смогут развивать и тренировать мышечную силу тела, грацию и выразительность движений.

На занятиях дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, проявляя свои индивидуальные качества личности.

В основу данной программы положен богатейший опыт теоретиков и педагогов-практиков:

- Основная общеобразовательная программа «От рождения до школы» под ред. Е.Н. Вераксы, Т.С. Комаровой и др.;
- Н.А.Ветлугина «Музыкальное воспитание в детском саду» – М.: Просвещение, 1981.
- программа А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»;
- программа Е.В. Горшковой «От жеста к танцу»;

Программа строится на принципах:

1. Принцип целенаправленности:

Соблюдение данного принципа основывается на общих целях воспитания и развития личности ребенка, которые соотносятся с целями и задачами танцевального кружка, и предполагают создание условий для реализации программы.

2. Принцип систематичности и последовательности:

Систематичность образовательного процесса обеспечивает последовательность в развитии личности ребенка.

3. Принцип развивающего обучения в соответствии со способностями и возможностями ребенка:

Определение ведущих целей обучения для развития у детей интереса к различным видам танцевальной деятельности, развитию творческих способностей с учетом индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребенка.

4. Принцип доступности:

Использование доступной формы деятельности (в основном игровой).

5. Принцип успешности:

Ребенок должен понимать, что он уникален и неповторим, должен быть уверен

в своей успешности (даются задания, которые он способен выполнить).

Цель программы:

Приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать развитию творческих способностей старших дошкольников через танцевальную и музыкально – ритмическую деятельность.

Задачи:

Развивающие:

- развивать музыкальность и художественный вкус;
- развивать творческие способности и потребность самовыражения в движении под музыку;
- развивать двигательные качества и умения.

Воспитательные:

- формировать интерес к танцевальной деятельности;
- формировать нравственно-коммуникативные качества личности.

Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение.
- формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- формировать умение ориентироваться в пространстве.
- формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

- уметь самостоятельно использовать полученные знания, умения и навыки в танцевальной деятельности.

Форма организации танцевального кружка:

Программа рассчитана на год обучения: для детей средней группы (4-5 лет)

Обучение детей проходит на специально организованной деятельности (занятиях) во второй половине дня.

Занятия проводятся 2 раз в неделю подгруппами во второй половине дня.

Продолжительность занятий:

в средней группе – 30 минут.

Структура занятий:

Каждое занятие состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной.

1. Вводная часть занятия занимает 5-15% от общего времени.

Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: ритуал приветствия, разминка: строевые, обще развивающие упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве.

2. 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: танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов), разучивание танца (композиция), игра (музыкально – двигательный этюд, творческие задания).

3. 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 подводятся итоги, и дети возвращаются в группу.

Методы и приемы, используемые на занятиях:

Словесный метод: разъяснение, пояснение, вопросы, беседы,
художественное слово;

Наглядный метод: показ движений, просмотр видеозаписей, показ
иллюстраций;

Слуховой метод: анализ средств музыкальной выразительности, слушание
музыки, сравнение, сопоставление.

Практический метод: самостоятельная деятельность, игра, упражнения,
творческие домашние задания.

Приёмы:

* *наглядно – зрительные:* показ движений, иллюстраций, использование
пособий по ориентировке в пространстве, музыкально – дидактическое
пособия.

* *наглядно - слуховые:* восприятие музыкального произведения, анализ
средств музыкальной выразительности, сравнение, сопоставление;
музыкально – двигательные этюды.

* *игровые:* музыкальные загадки, игры, использование атрибутики, игрового
танца.

* *пояснения.*

* *словесная инструкция.*

Ожидаемый результат:

Дети умеют:

- заинтересованно заниматься музыкально - ритмической и танцевальной деятельностью.
- самостоятельно организовывать исполнение танца (выбор движений, распределение роли).
- использовать разнообразные виды движений в музыкально-ритмической и танцевальной деятельности.

Дети знают:

- некоторые виды танца (народный, эстрадный, классический, спортивный и т.д.);
- некоторые приемы исполнения движений;
- имеют представление о танцевальной культуре.

Планирование

№	Разделы	всего часов	Количество занятий в неделю	Количество занятий в год
Средняя группа				
1.	Ритмопластика (разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве)	16	2	58
2.	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	10	2	58
3.	Разучивание танца (композиция)	20	2	58
4.	Игровой танец	6	2	58
5.	Музыкально – двигательный этюд	6	2	58
Всего:		58ч.		

Учебный план:

Перспективный план работы танцевального кружка на 2024-2025 уч.г.

Октябрь

1. Диагностика уровня сформированности музыкально - ритмических и танцевальных способностей детей.
 2. Формирование состава танцевального кружка.
 3. Составление плана работы танцевального кружка.
 3. Вводная беседа о танце, разучивание танцевальных шагов, упражнения на ориентировку в пространстве «Строй круг», «Найди своё место».
- Постановка и разучивание танцевальных композиций: «Детки – конфетки».

Ноябрь

Постановка и разучивание танцевальных композиций: «Бим-бом»,

Декабрь

Постановка и разучивание танцевальных композиций к Новому году и новогодним праздникам: «Зимние забавы», «Ожившие минутки»

Январь

Постановка и разучивание танцевальных композиций ко Дню защитника Отечества: «Яблочко», «Колыбельная»

Февраль

Постановка и разучивание танцевальных композиций ко Дню 8 Марта: «Вальс цветов»

Март

Постановка и разучивание танцевальных композиций к весеннему празднику: «Чика-Рика»

Апрель

Постановка и разучивание танцевальных композиций: «Весну звали»

Май

1. Повторение пройденного материала.
2. Диагностика уровня сформированности музыкально-ритмических и танцевальных способностей детей.

**Календарный план работы танцевального кружка
на 2022-2024уч.г.:
Средняя группа
Октябрь**

<p>1.Ритмопластика:</p> <p>2.Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <p>3 . Общеразвивающие упражнения:</p> <p>4 .Ритмический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p>	<p>Хлопки на каждую долю такта с пружинкой.</p> <p>Ходьба по залу, ходьба на полуприседе, упражнение на координацию рук, мелкий бег, прямой галоп, поскоки.</p> <p>Перестроение из колонны в построение на фиксированное место.</p> <p>Ритмическая гимнастика «Комарики»:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Хлопки над головой. Голову поднять вверх, встать прямо. Руки вниз.2. Отвод рук влево, вправо от середины в сторону «Отгоняем комаров»3. Наклон вперёд с хлопком «Ловим комариков»4. Поднять колено, хлопнуть под коленом, попеременно вправо, влево.5. Лёжа на полу, поднять ноги, хлопнуть под коленями.6. Перекат вправо, влево с вытянутыми руками и ногами.7. Прыжки с хлопками по ногам и скрещенным рукам поочередно.8. Упражнение на дыхание «Сдуем комариков». <p>Полька «Хлопушки». (сб-к «Ритмическая гимнастика»)</p> <p>Упражнение «Берёзка», релаксация под звуки леса (аудиозапись)</p>
---	---

Ноябрь

<p>1.Игроритмика: 2.Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <p>3 . Общеразвивающие упражнения:</p> <p>4 .Ритмический танец: 5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p>	<p>Хлопки на сильную долю такта с пружинкой вперёд, назад. Ходьба по залу, упражнение на координацию рук, приставной шаг в круг, из круга, мелкий бег змейкой, образное движение «собачки», поскоки. Бег поскоками по большому кругу, мелкий бег змейкой. Перестроение из колонны в шеренги . Ритмическая гимнастика « Весёлые гуси»:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Наклоны головы вправо, влево.2. Поднять руку в сторону -вверх с вытянутой шеей. Опустить, попеременно правой, левой.3. Повороты в стороны с согнутыми руками «машем крыльями».4. Наклон вперёд «Гуси шипят».5. «Гуси пляшут». Присед с попеременным выставлением ноги на пятку.6. Прыжки на месте, ноги вместе и врозь.7. Упражнение на дыхание: Поднять и опустить руки через стороны со звуком «Ш-шш». <p>«Под песню о ёлочке» (движения по тексту песни). Стойка с заведёнными руками за спину. Плавные движения руками «Гуси летят». Релаксация под музыку с гоготом гусей в тихом звучании.</p>
---	---

Декабрь

<p>1.Ритмопластика:</p> <p>2.Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги:</p> <p>3 . Общеразвивающие упражнения:</p> <p>4 . Ритмический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p>	<p>Поднимание и опускание рук через стороны с потряхиванием кистей рук</p> <p>Ходьба по залу по ориентирам с координацией рук, бег на носочках по залу, змейкой, поскоки, ползание на четвереньках, построение в шахматном порядке.</p> <p>Ритмическая гимнастика с ленточками:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Взмах попеременно право и левой рукой, вниз – «змейка»2. Взмахи вправо – влево с движением руки «Радуга»3. Пружинка с попеременным взмахом рук.4. Присесть, постепенно встать «цветок растёт», присесть.5. Ногу поднять до уровня пояса, руки с лентами резко опустить.6. Кружение вправо, влево, руки вверх.7. Повтор первого упражнения. <p>«Большая стирка» (подражательные движения под весёлую музыку)</p> <p>Упражнения на дыхание лёжа, расслабление мышц.</p>
---	--

Январь

<p>1.Игроритмика:</p> <p>2.Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве,</p>	<p>Хлопки тройные перед собой.</p> <p>Ходьба по залу по ориентирам, с остановкой на зрительный сигнал, ходьба «гномы», «великаны»; бег на</p>
--	---

<p>танцевальные шаги:</p> <p>3 . Общеразвивающие упражнения:</p> <p>4 .Ритмический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p>	<p>носочках , поскоки, боковой галоп, шаг с притопом, перестроение на фиксированные места.</p> <p>Ритмическая гимнастика «Солдаты» (песня «Ты не бойся, мама!»):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выбрасывание руки вверх к плечу«Поднимаем сабли». 2. Пружинка, взмахи рукой над головой, другая вытянута вперёд. 3. Повороты по 4 точкам вправо – влево. 4. Выпад вперёд, руки вытянуть вперёд 5. Марш с высоко поднятыми коленями 6. «Отдаём честь», упражнение на осанку. <p>«Тачанка» (перестроения движением парами в прямом галопе).</p> <p>Релаксация лёжа, посегментное расслабление мышц.</p>
--	--

Февраль

<p>1.Ритмопластика:</p> <p>2.Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги:</p> <p>3 . Общеразвивающие упражнения:</p>	<p>Хлопки вперёд – назад с пружинкой.</p> <p>Ходьба по залу по ориентирам, обратный ход, ходьба с высоким подъёмом ног «петушки», бег на носочках, поскоки, боковой галоп, марш со сжиманием - разжиманием кистей, перестроение.</p> <p>Ритмическая гимнастика с палками:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подтягивание. 2. Повороты в стороны с выбрасыванием палки вперёд. 3. Наклон вперёд с вытянутыми
--	--

<p>4 .Ритмический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p>	<p>руками.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Приседание, руки держатся за палку, стоящую на полу. 5. Поднимание рук до уровня пояса, задеть палку. 6. Прыжки, палка у груди. 7. Приставной шаг по палке вправо – влево. 8. Повтор первого упражнения с выдохом на слово «ух» <p>«Если нравится тебе» (хлопки, пружинка, притоп, кружение)</p> <p>«Качалочка» с закрытыми глазами.</p>
---	--

Март

<p>1.Ритмопластика:</p> <p>2.Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги:</p> <p>3 . Общеразвивающие упражнения:</p> <p>4 .Ритмический танец:</p>	<p>Хлопки справа - слева</p> <p>Ходьба по залу по ориентирам, с коорд. рук, бег на носочках поскоки с тройным притопом на конец муз. фразы, боковой галоп с притопом на конец муз. фразы, марш в рассыпную, перестроение.</p> <p>Ритмическая гимнастика «Дровосеки»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Потягивание. 2. «Маятник» вправо –влево. 2. Повороты назад «Ищем дерево» 3. Наклон вперед «Колка дров» 4. Сидя, согнуть ноги, распрямить. 5. Лежа вытянувшись перекаты право – влево «бревно». 6. Прыжки с высоким подъёмом ног. 7. Упражнение на дыхание как №1 со словом «Ух» <p>Танец «Капель»:</p>
---	--

<p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p>	<p>(состоящее из танцевальных шагов и движений, выученных детьми).</p> <p>Релаксация под звуки капели</p>
--	---

Апрель

<p>1.Ритмопластика:</p> <p>2.Строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, танцевальные шаги:</p> <p>3 . Общеразвивающие упражнения:</p> <p>4 .Ритмический танец:</p> <p>5. Упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки:</p>	<p>Тройной притоп на сильную долю такта.</p> <p>Ходьба по залу по ориентирам, по одному, парами, паровозиком, бег на носочках змейкой в одну и другую сторону, поскоки, боковой галоп в круг – из круга, марш с остановкой, перестроение.</p> <p>Ритмическая гимнастика «Незнайка» («Гимн Незнайки»)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поднять руки вверх, поставить на пояс. 2. «Играем в мяч» движение рукой справа – слева. 3. Наклон с выставлением ладошек вперёд «ловим капельки», убрать руки за спину, выпрямиться. 4. Сидя поболтать ногами на весу. 5. Лёжа на животе сгибание и разгибание ног попеременно. 6. Упражнение на дыхание лёжа. <p>Танец «Мячики» (лёгкий бег, перестроение лёгким бегом, прыжки с образными движениями по тексту).</p> <p>Релаксация лёжа с закрытыми глазами.</p>
--	---

Результативность уровня развития музыкально – ритмических и танцевальных способностей:

Критерии оценивания музыкально-ритмических и танцевальных способностей:

- **Музыкально-ритмические движения:**

- **Высокий уровень:** знает словесное обозначение движений, самостоятельно выполняет движения.
- **Средний уровень:** путается в словесных обозначениях, выполняет движения частично с педагогом.
- **Низкий уровень:** не называет движения, выполняет их только с педагогом.

- **Танцевальные движения:**

- **Высокий уровень:** знает словесное обозначение движений, самостоятельно выполняет движения.
- **Средний уровень:** путается в словесных обозначениях, выполняет движения частично с педагогом.
- **Низкий уровень:** не называет движения, выполняет их только с педагогом.

- **Артистизм/ творчество:**

- **Высокий уровень:** самостоятельно придумывает движения, оригинальность движений, активно участвует в совместных обсуждениях решений в поисках выразительности.
- **Средний уровень:** придумывает новые движения, меняет их при помощи педагога.
- **Низкий уровень:** действует на установку педагога (найди, измени, придумай).

Методическое обеспечение программы.

С первых минут занятий очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого следует тщательно продумать методические приемы, которые помогут решить поставленные задачи.

Прежде, чем заставить ребенка танцевать, нужно научить его красиво и осознанно двигаться под музыку, научить связывать музыку с движением.

Для этого в занятия нужно включать простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения.

Движения показывает педагог. Надо следить, чтобы дети не повторяли сразу за педагогом, а внимательно следили за его исполнением. Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Все новые движения необходимо изучать в «чистом» виде. Если движение трудное и достичь его правильного исполнения сразу нельзя, то изучают сначала элементы, подготовительные упражнения. Систематическое повторение одного упражнения значительное число раз позволит добиться лучшей техники исполнения. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении, занятие не должно быть моторным. Нужно разнообразить задания, что бы они всегда оставались занимательными для воспитанников. Для обучения танцам детей дошкольного возраста необходимо использовать игру. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Кроме танцевальных элементов на занятиях кружка дети знакомятся с различными упражнениями связанные с отчетом ритма, что дает ребенку возможность безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта и развивает чувство музыкального ритма. Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица.

И поэтому для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры. Целесообразно включать в занятие импровизацию. В качестве музыкального оформления лучше выбирать доступные для восприятия детей произведения. Они должны быть разнообразными и качественными. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

На протяжении всех занятий, особенно на их начальном этапах, очень важно следить за формированием правильной осанки детей. С этой целью рекомендуются задания на укрепление мышц спины.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией в дошкольном учреждении возможно только при использовании педагогических принципов:

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику кружка.)
- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок.)
- принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий.)
- игровой принцип (занятие строится на игре.)
- принцип сознательности, активности (сознательное, заинтересованное отношение ребенка к своим действиям.)
- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков.)
- принцип наглядности (практический показ движений.)

Ведущими методами обучения детей танцам являются:

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;

Таким образом, основные методы, применяемые при обучении:

- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- повторение.

Итогом занятий является танец. Танец, поставленный на основе выученных движений, помогает развить танцевальность. Преодолевая технические трудности, дети приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность.

Список используемой литературы:

- *- Основная общеобразовательная программа «От рождения до школы» под ред.
Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой и др. – М.: Учитель, 2012.
- Н.А.Ветлугина «Музыкальное воспитание в детском саду» – М.: Просвещение, 1981.
- С.Л.Слущкая «Танцевальная мозаика». Хореография в детском саду – М.: ЛИНКА- ПРЕСС,2006.
- А.И. Буренина «Ритмическая мозаика». Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста – М.: СПб: ЛОИРО, 2000. Диск.
- Е.В.Горшкова «От жеста к танцу» - М.: Гном и Д, 2002.
- Е.В.Горшкова «От жеста к танцу». Музыкальный репертуар к танцевальным упражнениям, этюдам и спектаклям. Пособие для музыкальных руководителей ДОУ. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003.
- *- С.И.Бекина, Т.П. Ломова «Музыка и движение». Упражнения, игры, пляски для детей 5-6, 6-7 лет. – М., 1984.
- М.А.Михайлова «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» –М.: Ярославль «Академия развития», 2004.
- * - М.Ю.Картушина «Логоритмические занятия в детском саду – М.: ТЦ Сфера, 2003.
- Н.В.Зарецкая «Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Пособие для практических работников ДОУ – М.: Айрис – пресс, 2005
- СУВОРОВА Татьяна « Музыкальная ритмика для детей» с1 по5 диск.