

Управление образования администрации Анжеро-Судженского городского округа  
**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**  
**Анжеро-Судженского городского округа**  
**«Детский сад № 33»**

Принято на  
Педагогическом совете  
МБДОУ «ДС №33»  
Протокол № 1 от 28.08.2025г.

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ «ДС № 33»  
Ю.О. Мазеина  
Приказ № 55/1 от 28.08.2025г.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ АНЖЕРО-  
СУДЖЕНСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА "ДЕТСКИЙ САД  
№33"



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Художественной направленности  
«ВЕСЕЛЫЙ КАБЛУЧОК»  
(хореография)  
(ознакомительный уровень)**

Возраст обучающихся: 5 – 7 лет  
Срок реализации: 7 месяцев

Анжеро-Судженский ГО, 2025г.

## **Содержание**

### **Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»**

---

1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи программы	4
1.3.	Содержание программы	5
1.4.	Планируемые результаты	8

### **Раздел 2 «Комплекс организационно – педагогических условий»**

---

2.1.	Календарный учебный график	9
2.2.	Условия реализации программы	9
2.3	Формы аттестации	10
2.4	Оценочные материалы	10
2.5	Методические материалы	10
2.6.	Список литературы	14

---

### **ПРИЛОЖЕНИЕ**

---

15

## **РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

### **1.1. Пояснительная записка**

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа «Веселый каблучок» имеет художественно – эстетическое направленность и направлена на развитие хореографических способностей, включает в себя комплексное развитие как коллектива, так и отдельного ребенка. Программа рассчитана на детей 5 – 7 лет и предполагает 7 месяцев обучения.

Данная программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании РФ»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включающих разноуровневые программы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г СП 2.4.3648.20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Уставом и Положением о дополнительной общеразвивающей программе муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Анжеро-Судженского городского округа «Детский сад № 33»

#### **Актуальность программы**

Хореография – мир волшебного искусства, мир красоты движения, звуков и этот мир интересен и привлекателен как взрослым, так и детям. Танец – искусство многогранное, объединяющее действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы. На современном этапе развития российское общество осознало необходимость нравственно – эстетического возрождения России через усиление роли художественного образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ хореографических студий. Танец несет в себе колossalный потенциал, поэтому занятия хореографией занимают важное место в процессе формирования всесторонне развитой личности. Танец открывает огромные возможности для физического развития ребенка, так как основа обучения танцу – это система знаний о своем теле в целом и комплексы целенаправленных физических упражнений, развивающих все группы мышц.

#### **Уровень программы**

Ознакомительный

#### **Направленность программы**

Художественная

#### **Адресность программы**

Данная программа рассчитана на детей 5-7 лет

#### **Объем и срок освоения программы**

Срок освоения программы составляет 7 месяцев, объем 56 ч.

**Форма обучения – очная**

**Режим занятий, периодичность и продолжительность**

Занятия проходят 2 раза в неделю, во вторую половину дня: продолжительность одного занятия составляет не более 30 минут  
Основные формы организации обучающихся на занятия – групповая, индивидуальная и постановочная работа.

### **Особенности организации образовательной деятельности**

Танец – искусство пластическое, каждый участник, пришедший в коллектив, прежде всего, должен научиться владеть своим телом, свободно координировать движения. Для этого в данной программе существует система последовательных занятий, благодаря которым дети приобретают необходимые для исполнения танцев качество: устойчивость, выворотность, выразительность. В содержание занятий данной программы включены движения, необходимые для исполнения любых танцев и доступные всем детям, не имеющим длительной подготовки и физических данных, а так же имеющим слабые мышцы спины и ног, не координированным в пространстве и имеющим музыкально – ритмического развития.

### **1.2. Цель и задачи программы.**

**1.1.1. Цель программы:** создание условий для развития личности ребенка – дошкольника посредством хореографического искусства

#### **Задачи:**

##### **1. Личностные:**

- формировать интерес к хореографическому искусству;
- способствовать воспитанию танцевальной культуры;
- создать условия для развития у детей активности и самостоятельности, коммуникативных навыков;

##### **2. Метапредметные:**

- формировать навыки коллективного взаимодействия и взаимного уважения при подготовке танцев и подготовке публичного выступления;
- развивать творческий потенциал детей

##### **3. Предметные (образовательные):**

- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
- формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы;
- познакомить с основами классического танца.

### **1.3. Содержание программы. Учебный план**

№ п/п	Раздел	XI	XII	I	II	III	IV	V
1	Партнерская гимнастика	1	1					

2	Элементы классического танца		1	5	3			1
3	Элементы народного танца			1	4	7		
4	Постановочная работа	4				1	7	
5	Репетиционная работа	3			1			3
6	Подготовка к концерту		6			1		3
7	Отчетный концерт		1					1
<b>ИТОГО:</b>		<b>8</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>8</b>

### Учебно – тематический план

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Партнерская гимнастика	2	-	2	Не предусмотрена
2	Элементы классического танца	12	1	11	Не предусмотрена
3	Элементы народного танца	12	1	11	Не предусмотрена
4	Постановочная работа	12	-	13	Не предусмотрена
5	Репетиционная работа	7	-	7	Не предусмотрена
6	Подготовка к концерту	10	1	9	Не предусмотрена
7	Отчетный концерт	2	-	2	Не предусмотрена
<b>ИТОГО:</b>		<b>56</b>	<b>3</b>	<b>54</b>	

#### 1.4. Содержание программы

##### **Партнерская гимнастика – 2 часа Теория: 1 час**

1. Вводное занятие. Беседа.

##### **Практика: 1 час**

2. Поклон.
3. Разминка: общее развивающие упражнения, ходьба, марш, приставной шаг, бег, галоп, прыжки, шаг – подскок, подскоки, упражнения на развитие вестибулярного аппарата, пируэты, повороты, поворот – прыжок.
4. Упражнения для выворотности стопы, для развития паховой выворотности, для укрепления мышц брюшного пресса, для гибкости позвоночника, для подвижности тазобедренного сустава.
5. Махи ногами вперед, в стороны, назад стоя на полу и с продвижением, лежа на полу,
6. Растяжки, поперечный шпагат, продольный шпагат.
7. Упражнения в равновесии.

**Форма аттестации:** не предусмотрена

**Элементы классического танца – 12 часов. Теория: 1 час**

1. Вводное занятие. Беседа.

**Практика: 11 часов**

2. Поклон классического танца.
3. Разминка по кругу: ходьба, марш, приставной шаг, бег, галоп, прыжки, шаг – подскок, подскоки.
4. Позиция рук в классическом танце. Позиции ног (1-я, 2-я, 3-я, 4-я, 5-я, 6-я).  
«Релеве» (подъем на полу пальцы) по всем позициям..  
«Деми –плие» (маленькое приседание) по всем позициям.  
«Батман тенду» из 1-ой и 5-ой позиции в стороны (нога, скользя по полу, выставляется на носок, после «заезжает» в исходную позицию)
5. Махи ногами.
6. Растворы и шпагаты.
7. Упражнения в равновесии.

**Элементы народного танца – 11 часов. Теория: 1 час**

1. Вводное занятие. Беседа.  
**Практика:** 11 часов
2. Поклон народного танца
3. Разминка по диагонали: ходьба, марш, приставной шаг, бег, галоп, прыжки, шаг – подскок, подскоки.
4. Позиции рук в народном танце.  
Элементы народной хореографии: «ковырялочка», обход вокруг руки на полу, прядка, «тараканчики» на месте и с продвижением, гармошка, переменный шаг, бег со скоком, хороводный шаг, «моталочка», «припадания», «голубцы»
5. Махи ногами.
6. Растворы и шпагаты.
7. Упражнения в равновесии.

**Форма аттестации:** не предусмотрена

**Постановочная работа – 12 часов. Теория – 0 часов**

**Практика:** 13 часов

1. Поклон.
2. Знакомство с танцем. Прохлопывание ритмического рисунка.
3. Набор танцевальных элементов.
4. Разучивание комбинаций.
5. Постановка танца по рисунку.
6. Планируемые танцы: «Красные шапочки», «Кукарела», «Бабушки старушки», «Микстайл», «Куклы», «Я рисую», «Школьная пора».

**Форма аттестации:** не предусмотрена.

**Репетиционная работа – 7 часов. Теория: 0 часов**

**Практика:** 7 часов.

1. Поклон.
2. Отработка танцев групповая и индивидуальная.
3. Игра «Зрители и артисты»

**Форма аттестации:** не предусмотрена.

**Подготовка к концерту – 10 часов. Теория: 1 час**

1. Беседа.

**Практика:** 8 часов

2. Поклон
3. Разучивание выхода для концерта.
4. Отработка выхода для концерта.
5. Отработка концертных номеров.
6. Генеральная репетиция.

**Форма аттестации:** не предусмотрена

**Отчетный концерт – 2 часа. Теория: 0 часов**

**Практика:** 2 часа

**Форма аттестации:** итоговый концерт

### **1.5.Планируемые результаты**

**По окончанию обучения обучающийся будет знать:**

- правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиция ног;
- название основных ритмических упражнений;
- определенный «Запас» общеразвивающих и танцевальных движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.

**Будет уметь:**

- пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку;
- исполнять заданный ритмический рисунок хлопками;
- трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов;
- правильно исполнять хореографические постановки.

**В результате обучения по программе, обучающиеся приобретут такие личностные качества как:**

- формироваться интерес к хореографическому искусству;
- формироваться основы танцевальной культуры;
- развиваться активность и самостоятельность, коммуникативные навыки.

**В результате обучения по программе, обучающиеся приобретут такие метапредметные компетенции как:**

- формироваться навыки коллективного взаимодействия и взаимного уважения при подготовке танцев и подготовке публичного выступления;
- развиваться творческий потенциал детей.

## **РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1. Календарный учебный график**

Количество учебных недель – 29

Количество учебных дней – 56

Продолжительность каникул – с 31.12.2025 по 11.01.2026г

Даты начала и окончания учебных периодов/этапов: с ноября по июнь

## **2.2. условия реализации программы**

### **1. Материально – техническое обеспечение**

Теоретические и практические занятия проводятся в музыкальном зале, соответствующем санитарно – гигиеническим требованиям и правилам безопасности.

#### **Перечень учебного материально – технического оборудования, инвентаря:**

- Музыкальный центр, проектор;
- Тренировочная одежда и обувь на каждого ребенка;
- Сценические костюмы для танцевального творчества;
- Музыкально – дидактические игры, пособия и атрибуты и реквизит к танцам.

#### **Информационное обеспечение:**

- аудиозаписи детских песен, народного музыкального репертуара, знакомых мелодий популярных мультфильмов, эстрадных и классических произведений.
- видеозаписи классических танцев, танцевальных движений.

#### **Кадровое обеспечение:**

Участником образовательного процесса, реализующим выполнение данной программы является:

- педагог, имеющий среднее профессиональное образование;
- курсы повышения квалификации: Краснодарский государственный институт культуры по программе «Народно – сценический танец и методика его преподавания», май 2021г.

## **2.3. Формы аттестации**

### **Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

Итоговое занятие.

Итоговое занятие проводится в форме концерта или музыкально – хореографического спектакля. Концерт (спектакль) является основной конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации обучающихся.

## **2.4. Оценочные материалы**

Оценочные материалы не предусмотрены.

## **2.5. Методические материалы**

Данная программа представляет собой комплексное обучение дошкольников танцевальному искусству и включает в себя следующие направления хореографии:

**Детские танцы.** Они способствуют развитию двигательных качеств и умений концентрировать движения; способствовать развитию гибкости, ловкости, точности, пластиичности, воспитанию выносливости и силы, формированию правильной осанки, красивой походки, а также обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений детских танцев.

Партнерская гимнастика. Детям дошкольного возраста очень важно заниматься партнерской гимнастикой, по сколько эта часть урока позволяет разработать позвоночник, его гибкость, накачать мышечный корсет и определенные группы мышц, помогает растянуть ребенка, исправить или предотвратить многие индивидуальные физические проблемы.

Занятия в группах построены по принципу «учимся играя», что позволяет детям в доступной форме изучать различные танцевальные движения. Танцевальные этюды развивают у детей память, воображение и творческое мышление. Использование детских песен, народного музыкального репертуара, знакомых мелодий популярных мультфильмов, создает ребенку комфортные условия для освоения танцевальных движений и создания танцевального образа. Как приятно смотреть на улыбающихся детей, лица которых светятся от открытия «Я могу!».

### **Методы и приемы**

В основу данной программы заложены основные педагогические принципы и методы обучения, которые реализуются в соответствии с поставленными задачами и содержанием курса по хореографии. Данные методы обучения направлены на выявление и развитие природных способностей ребенка, реализацию его интересов, учитывая его индивидуальные способности.

**Метод практико – ориентированной деятельности**, в основу которого положены такие методы, как упражнения, репетиции.

**Словесные методы** обучения (объяснения, диалог, беседа). Данный метод устанавливает тесный контакт между педагогом и обучающимся, что способствует более полному освоению программы по хореографии.

**Наглядный метод обучения** является одним из основных в программе обучения хореография, так как именно через показ упражнений, танцевальной комбинации или танца происходит освоение и познание ребенком хореографического искусства.

**Метод игры.** Использование на занятиях различных игр: развивающих, познавательных, народных, а так же игры, способствующие развитию музыкального слуха, внимания, глазомера, воображения у детей с учетом танцевальной специфики программы.

**Проведение занятий с использованием средств культуры**, использование музыки, литературы и видео в построении занятий.

**Метод требования** (совет, убеждение, одобрение, приучение) Данный метод позволяет сформировать волевую сферу личности ребенка. В процессе освоения программы используется форма прямого требования, где освоение происходит путем конкретных требований с использованием понятных формулировок, и косвенного требования, где создаются ситуации для вызова у ребенка неподдельного интереса, стремления постичь «мир танца»

**Упражнение** – многократное выполнение задаваемых действий, доведение их до автоматизма. Результатом упражнения является формирование устойчивых качеств личности.

**Метод стимулирования** – в основе лежит формирование у детей осознанных побуждений к достижению определенной цели. Поощрение - как положительная оценка

деятельности ребенка, способствует положительному закреплению навыков, полученных в работе с танцевальным материалом.

**Метод мотивации.** Способствовать созданию на занятиях ситуации успеха обучающихся (совет, настрой, презентация)

**Метод коррекции.** Поведение педагога, которое направлено на формирование у детей навыков психической и физической саморегуляции, развитие навыков анализа жизненных ситуаций. При использовании данного метода в программе создаются условия, при которых обучающийся вносит изменения в свое поведение по отношению к окружающим. Используется пример: реальный человек, сам педагог или литературный персонаж.

**Анализ деятельности.** Данный метод может использоваться для поведения итогов работы, а также при формировании танцевального репертуара и отработки танцевальных номеров.

**Метод воспитывающих ситуаций** (ситуация свободного выбора) – в определенной ситуации предоставляется возможность самостоятельно решить определенную проблему (будь то достижение танцевальных успехов или поведение в коллективе). Используется форма самоконтроля и взаимооценки.

**Метод внушения.** Данный метод воздействует на эмоциональную сферу и формируется у ребенка определенные навыки в управлении своими эмоциями и чувствами (положительное воздействие – настрой слова, разъяснение, мимика и жесты)

**Форма организации:**

1. Групповая, подгрупповая, индивидуальная
2. Постановочная работа

**Форма проведения занятий:**

1. Обучающие занятия, на которых детально разбираются все движения, разучиваются движения в медленном темпе.
2. Закрепляющие занятия, на этих занятиях обучающиеся повторяют движения по несколько раз, первые повторы проводятся вместе с педагогом, а затем повторяют самостоятельно.
3. Итоговые занятия, на таких занятиях обучающиеся самостоятельно практически без помощи педагога выполняют заучивание ритма танцевальных движений.

**Структура занятий:**

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной части и начинается с поклона..

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки

Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения.

Третья часть занятия – музыкально – ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения. Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

## **2.6. Список литературы.**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста - СПб 2000 – 230с.
2. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении – М.: Скрипторий, 2003. 2006. – 72с
3. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – Айрис-пресс, 2006, 112с.
4. Калинин О.Н. «Прекрасный мир танца». Харьков. 2012. Стр. 63-92
5. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. СПб.: Композитор, 2005.-76с.
6. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка – пресс, 2006.-272с.
7. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. СПб.: Музыкальная палитра, 2006. 44с.
8. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Денее» - танцевально – игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство – пресс, 2006. – 352с.

## **Литература для детей и родителей**

1. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. М. «Детская литература», 1989
2. Секрет танца. Составитель Васильева Т.К. С-ПБ, «Динамит», 1997

## **Примеры танцевальных игр**

### **Ласточки**

Материал: обручи (гнездышки ласточек)

Обручи раскладываются по всему залу. На припев и проигрыш ласточки летают по залу. На куплет – залетают в гнездышки и выполняют танцевальные движения, повторяя за педагогом.

### **Веселые песенки**

Все, что поем, то и делаем:

Ты похлопай руками и потопай ногами. И попрыгай – кА вместе со мной.  
Мы грустить перестанем, мы присядем и встанем. И покружимся вместе с тобой.  
Мы танцуем, мы танцуем, танцевать не устаем. И по кругу и по кругу дружно мы пойдем.

### **Пожалуйста**

Если перед танцевальным движением звучит слово «пожалуйста», дети это движение повторяют. Если волшебное слово не произносится, то движение выполнять не надо. Кто ошибся, выходит из круга. Проигравшие дети сами придумывают танцевальные задания.

### **Галоп по кругу**

Дети становятся парами лицом друг к другу. Делают коридор, по которому сможет спокойно передвигаться одна из пар (это будет последняя пара) Эта пара проходит коридор под музыку и становится первой.

### **Встаньте в круг по...**

Количество игроков не меньше 8 человек.

Звучит музыка, дети танцуют произвольно, стоя в общем кругу. По хлопку водящего или остановке музыки игроки должны перестроиться в круг из того количества участников, которое назовет водящий, и снова танцевать, но уже в новом составе.

### **Танцевальная игра «Арам – зам – зам»**

Количество игроков любое.

Игроки становятся в круг и под руководством учителя разучивают движения: на фразу «Арам – зам – зам», Арам – зам – зам» делаем 3 хлопка по коленкам с поворотом; на фразу «гули – гули-гули-гули» делаем «роли – поли» - вращение согнутыми перед собой руками по кругу от себя (пальцы собраны в кулаки); на фразу «Арам – зам – зам» - повторяем первое движение; первое и второе действие еще раз со словами повторить; затем фразу «арафик – арафик» делаем наклон корпуса со скрещенными на груди руками

(два раза); потом повторяем действия на фразу- «гули-гули-гули-гули-рам- зам-зам». Выучив слова и движения танцуем под музыку; на месте, двигаясь по кругу, в паре напротив друг друга.

### **Игра «танцевальная фигура замри»**

Количество игроков любое.

Ведущий стоит спиной к игрокам и произносит слова:

Весело хлопаем – раз. Здорово прыгаем – два.

Кружимся, кружимся – три. Танцевальная фигура замри.

Игроки в это время хлопают в ладоши, прыгают, кружатся, а затем замирают на месте в танцевальной позе. Ведущий поворачивается и выбирает на свое место того, чья танцевальная фигура ему понравилась.

Второй вариант: вместо слов ведущего звучит музыка – дети танцуют. Музыка прерывается, ведущий выбирает нового ведущего.