

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 29 города Кузнецка
(МБДОУ ДС № 29 г. Кузнецка)**
Россия, 442537, город Кузнецк, Пензенская область, улица Осипенко, дом 45
т. (8-841-57) 3-93-44
e-mail – mdou29ds@rambler.ru
ОГРН-1045800603221, ИНН/КПП-5803013729/580301001

Принята
Педагогическим советом
МБДОУ ДС № 29 г. Кузнецка

Протокол № 1
от «29» августа 2025 г.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ ДС № 29 г. Кузнецка
_____ / Бувалина Г.В./

Приказ № 311
от «01» сентября 2025 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Танцевальная мозаика»
(для детей 5-7 лет).
Срок реализации 1 год.**

город Кузнецк

2025 год

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно – тематический план	6
3. Содержание программы	6
4. Методическое обеспечение программы.....	13
5. Список литературы.....	14

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» (далее – Программа) по содержанию является художественной, по уровню освоения – ознакомительной, по степени авторства – экспериментальной.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями).
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. СанПиН 1.2.3685–21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утвержден Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2).
4. Письмо Министерства образования и науки РФ 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» направлена на развитие гармоничной и духовно богатой личности. Танец – это совокупность выразительных и организованных движений, подчиненных общему ритму. Он обладает большой силой и интенсивностью эмоционального воздействия, приобщая ребенка к символическому языку жестов и танцевальных движений. Подход к пониманию природы танца осуществляется по принципу «от простого к сложному». Поэтапное развитие моторики ребенка, сенсорных и мышечных рефлексов, чувства ритма, умения подчинять движение тела музыкальной теме танца способствует и общему развитию психических функций детского организма, свойств и качеств растущей и развивающейся личности.

Новизна Программы заключается в использовании наряду с традиционными методиками обучения хореографии методов совершенствования опорно-двигательного аппарата, коррекции осанки, технологий дыхательной гимнастики.

Актуальность данной Программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Практика показывает: у детей, которые занимались хореографией, вырабатываются новые качества движений (они становятся плавными, естественными, непринужденными, выразительными), формируется правильная осанка. В процессе обучения развивается физическая сила, выносливость, ловкость.

Цель программы: развитие творческих способностей детей дошкольного возраста посредством танцевального искусства.

Задачи программы:

- познакомить детей с историей возникновения и развития танца;
- обучать элементам музыкальной грамоты;
- обучать простейшим элементам народного, классического и балльного танца;
- формировать правильную осанку;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развивать музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развивать воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развивать художественный вкус;
- воспитывать культуру поведения и общения;
- воспитывать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности.

Отличительной особенностью Программы является углубленное освоение образовательной области «Художественно-эстетическое развитие» раздел «Музыкальная деятельность», обучение танцевально-ритмическим движениям с основами хореографии.

Программа рассчитана на обучающихся 5-7 лет.

Форма обучения – очная.

Программа реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время (учебный план рассчитан на 36 академических часов).

Занятия проводятся один раз в неделю, во вторую половину дня. В учебном плане соблюдены нормативы максимально допустимого объема времени по реализации дополнительных общеразвивающих программ с обучающимися 5-7 лет – 30 минут.

Программа реализуется за рамками основной образовательной деятельности.

Выбор форм и методов обучения обусловлен психолого-педагогическими особенностями дошкольников.

Программа предполагает групповую форму занятий. Каждое занятие эмоционально окрашено, по содержанию занятия подобраны музыкальное сопровождение, стихи, игры. В процессе реализации программы допускается корректировка содержания, форм проведения, времени прохождения материала.

Планируемые результаты

К концу года должны знать:

- позиции рук (подготовительная, I, II, III) и ног (I, II, IV, III) в классическом танце ;
- названия элементов классического тренажа на французском языке;
- положение рук и ног в народном танце; элементы народной хореографии;
- особенности национальных плясок;
- особенности национального искусства (хореография, костюм).

К концу года дети должны уметь:

- активно участвовать в выполнении творческих заданий;
- уверенно выполнять основные элементы и упражнения партерной гимнастики с усложненной координацией движений;
- грамотно по форме исполнять основные элементы классического танца (экзерсис на середине), сохраняя при этом устойчивость корпуса -правильно выполнять элементы классического тренажа (Relive по VI, I, II позиции, Demi – plie по VI , I и II позиции, Battements tendus по VI и I позиции вперед и по в I сторону, I – port de bras, Pas sauté по VI и I позиции;

-грамотно выполнять движения народной хореографии (шаги, ходы, беги, переступания, подскоки, прыжки, присядки, хлопушки, повороты и т.д., а также простейшие виды хореографической техники);

- придумывать варианты образных движений в играх и хороводах.

Для проверки результативности обучения применяются такие формы как: контрольные задания, танцы-образы, класс-концерты.

Оценка индивидуального развития детей может проводиться педагогом в ходе внутреннего мониторинга становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка, результаты которого могут быть использованы только для оптимизации образовательной работы с группой дошкольников и для решения задач индивидуализации образования через построение образовательной траектории для детей, испытывающих трудности в образовательном процессе или имеющих особые образовательные потребности.

Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		на теоретические занятия	на практические занятия	Итого	
1	Азбука ритмики.	-	3	3	Танец-игра
2	Ритмические упражнения.	-	6	6	Танец-образ
3	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	-	7	7	Танец-образ
4	Основы обучения классическому танцу.	1	9	10	Класс-концерт
5	Элементарные основы народной хореографии.	-	6	6	Класс-концерт
6	Бальный танец	1	3	4	Мастер-класс
	ИТОГО:	2	34	36	

Содержание программы

Двигательные навыки детей, необходимые для постановки танца, зависят, в первую очередь, от психофизиологических особенностей. Разучивание движений только тогда будет эффективно, когда оно основано на знании возможностей ребенка, а также требуется строгий учет его возрастных психофизиологических особенностей. Танцуя, ребенок, включается в творческий процесс. Совершенствуются его двигательные возможности и навыки.

Выполнение двигательных упражнений способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества необходимые для формирования умений и специфических навыков.

Занятия хореографией включают в себя элементы народного, классического и балльного танца, образно игровой партерной гимнастики, лечебной физкультуры и общей физической подготовки. Регулярные занятия — это хорошая профилактика таких проблем, как вялая осанка, сколиоз и плоскостопие. Хореография способствует более быстрому развитию творческой активности детей дошкольного возраста, развитию чувства ритма, координации, музыкального восприятия и понимания изучаемого материала. Благодаря занятиям танцами дети становятся более раскрепощенными, открытыми и общительными.

Вспомогательные корригирующие упражнения, дыхательная гимнастика выполняются из разных положений: на спине и животе, сидя, стоя, на коленях, стоя в полный рост. Упражнения, которые выполняются лежа на полу, разгружают позвоночник, приучают детей сосредотачивать внимание на суставно-мышечных ощущениях и учат сознательно управлять мышцами своего тела. В результате выполнения упражнений увеличивается гибкость суставов, эластичность мышц и связок, что позволяет ребенку уверенней чувствовать себя в выполнении танцевальных движений. Дети развиваются физически, совершенствуются двигательные навыки, развивается способность самовыражения посредством танца. Все занятия строятся по принципу общедоступности, без ущерба для качества образовательного процесса. Сочетание элементов классического танца с системой вспомогательных упражнений позволяет в ряде случаев проводить занятия с детьми с некоторыми физическими ограничениями и успешно корректировать неблагоприятные тенденции развития. Занятия расширяют двигательные возможности ребенка, а его сфера личности обогащается положительными эмоциональными переживаниями радости достижения ранее недоступной сферы деятельности, общения с другими детьми, успешных выступлений на показательных концертах.

В разные моменты жизни детей общение с музыкой и танцем позволяет решать разные педагогические задачи. Наибольший вклад, безусловно, будет сделан в формировании личности ребенка при разумном использовании знаний психического развития.

Методическое обеспечение программы

ТЕМЫ ЗАНЯТИЙ	ЧАСЫ	СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ
«Основы обучения классическому танцу» Сказка: «Хорео и Графия – два веселых человечка».	1	<i>Теоретическое занятие:</i> Психологическая установка на занятие – введение детей в мир музыки и танца с радостью и улыбкой. Заинтересовать ребенка, ввести его в мир танцевальной образности и игры с радостью и улыбкой - игровой прием; прием образного движения; образный показ педагога. Рассказ «Что такое хореография?». Показ видеоматериала.

<p>«Азбука ритмики». 1.«Техника безопасности в занимательной форме» 2.«Радостные» поклоны» 3. «Музыкально-танцевальные игры»</p>	1	<p>1.Техника безопасности в занимательной форме-расска-беседа. 2.«Радостные» поклоны. Поклоны партнеру, педагогу. Танец-поклон «Улыбка» (муз. В. Шаинского). Вызвать интерес; ввести в мир танцевальной образности, игры, радости и улыбки. Игровой прием; прием образного движения; образная метафора. 3.«Музыкально-танцевальные игры»: «Солнышко», «У оленя дом большой», «Замок» Показ. Игровой прием.</p>
<p>«Основы обучения классическому танцу «II и III позиция, demi plie (деми плие) по II позиция»</p>	1	<p>1.Вспомнить и закрепить изученные движения классического экзерсиса. 2.Разучить II и III позиции ног, demi plie по II позици. Соблюдение методики преподавания; грамотность и чистота исполнения движений. Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога; прием исполнения (на середине зала), постановка корпуса .</p>
<p>Основы образно-игровой партерной гимнастики Партерная игра «Превращение»</p>	1	<p>Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; Прием образно- словесной подачи движений («улитка», «лодочка», «телефон» и др.)</p>
<p>«Азбука ритмики». 1.«Строение музыкального произведения» 2. «Пространство и мы»</p>	1	<p>1.Понятие: вступление, части, музыкальная фраза. Учиться менять движения в зависимости от смены частей и фраз. Различать двух-, трехчастную форму произведения. 2.Самостоятельно строить круг, круг, колонну, шеренгу соблюдая расстояния. Образный показ педагога, образный комментарий педагога.</p>
<p>Ритмические упражнения. 1.«Горошинки цветные» 2.«Сочинение сюжета»</p>	1	<p>1. «Горошинки цветные»-комплекс упражнений направленных на развитие подвижности различных суставов. Прием образно- словесной подачи движений 2. «Сочинение танцевального сюжета» : «Шторм»; «Сыщики»; «Гномы» ; «Клоуны».</p>
<p>«Основы обучения классическому танцу «Battements tendus (батман тандю) по I позиции в сторону».</p>	1	<p>1. Экзерсис на середине зала: demi plie с releve, battements tendu , battements tendus jetes, passé до колена, port de bras - по VI позиции 2.Разучивание Battements tendus в сторону по I позиции. Чистота исполнения движений. Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога; постановка корпуса.</p>
<p>Элементарные основы народной хореографии</p>		<p>1.Подготовительное, 1-е,2-е, 3-е, 4-е положение рук в</p>

1. «Основные положения рук и их переводы из одного положения в другое» 2.«Боковые русские ходы»	1	русском танце. Перевод из одного основного положения в другое. Боковой русский ход «припадание», «гармошка», «елочка».
Ритмические упражнения. 1. «Буги-Вуги» 2. «Слушаем и фантазируем»	1	1.« Мы танцуем Буги-вуги» -разминка с музыкально-словесным сопровождением. Показ; комментарий педагога по ходу выполнения упражнений- движений. 2. «Самостоятельное сочинение хореографического фрагмента на предлагаемую педагогом музыку». 3. Разучивание танца «Шаловливые часы» Освоение основ пластической импровизации; развитие инициативы, активности, творческого поиска. Прием образного решения .
«Основы обучения классическому танцу» «Battements tendus jetes позиции в сторону»	1	Элементы экзерсиса классического танца на середине зала. Разучивание battements tendus jetes по I в сторону. Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога; постановка корпуса .
Основы образно-игровой партерной гимнастики «Морское путешествие»	1	«Морское путешествие»- комплекс упражнений на растяжку ног в положение сидя. Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; укрепление «мышечного корсета». Прием «движения- образа» шпагат.
Элементарные основы народной хореографии. «Виды приставного шага и танцевального бега»	1	1.Приставной шаг: приставной шаг с полуприседанием. полуприседания с наклоном корпуса, с поворотом корпуса. 2. Танцевальный бег: шаг бег (беговой галоп),с отбрасыванием согнутых ног назад, с поднятием согнутых ног вперед. Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога.
«Азбука ритмики». 1.«Метр и ритм» 2.«Игры –превращения»	1	1.Научить отмечать в движении метр (сильную долю такта) и простейший ритмический рисунок в хлопках, притопах. Образный показ педагога, образный комментарий педагога. 2.«Деревянные и тряпичные куклы», «цветочек», «веревочки», «мельница»- творческий поиск. Прием «быстрого поиска новых образов; прием «ожившей мизансцены».
«Основы обучения классическому танцу» Grand plie (гранд плие)	1	1.Элементы экзерсиса на середине зала. 2.Разучивание grand plie по VI позиции – ощущение прямой спины. Словесное объяснение; прием раскладки движений; -образный показ педагога; прием исполнения.

Основы образно-игровой партерной гимнастики «Солдатики»	1	Комплекс упражнений на закрепления и совершенствования навыка правильной осанки. Прием «движения- образа», прием «вытянутости позвоночника».
Детский бальный танец «Возникновение и виды бальных танцев»	1	<i>Теоретическое занятие:</i> Показ презентации –познакомить детей с краткой историей и развитием танца (в образах). Прием рассказ, беседа, «видовой прием -индивидуализации танца» (историко- бытовой, бальный).
Ритмические упражнения. 1.«Упражнения при ходьбе на месте и в передвижениях. 2. «Эмоции в танце»	1	1.Комплекс упражнений при ходьбе на месте и в передвижениях. Показ; комментарий педагога по ходу выполнения упражнений- движений. 2.«Новые эмоции – зеркальные пиктограммы», «Предлагаемые обстоятельства- эмоции». Расширение эмоциональной сферы ребенка в танце, средств актерской выразительности. Прием образного показа мимики и жеста; прием пиктограммы.
«Основы обучения классическому танцу» «Port de bras для корпуса»	1	1.Элементы экзерсиса классического танца на середине зала. 2.Разучивание port de bras для корпуса. Чистота исполнения движений. Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога.
Элементарные основы народной хореографии. « Построение и перестроение»	1	1.Построение и перестроение: «звездочка», «карусель», «плетень», «корзиночка», перестроение из одного круга в два или в три концентрических, двигаясь в разные стороны, построение «шен». 2.Игра-танец «Мы рисуем», перестроение из рисунка в рисунок. Образное объяснение и показ. Прием «быстрого поиска перестроений».
Детский бальный танец «Полонез»	1	Разучивание шага полонеза. Танцевальная зарисовка «Полонез». Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога.
Ритмические упражнения. 1.«Кнопочка» 2.«Музыкально- танцевальные игры»	1	1.Комплекс упражнений направленных на развитие силы мышц ног, осанку и ритмичность движений. 2. «Пятнышки» ,«Танец с ускорением» ,«Тучка» - освоение характерологических пластических черт различных образов с элементами импровизации. Игровой прием; прием самостоятельного сочинительства и исполнения; прием пластической типизации образа.

«Основы обучения классическому танцу» «Battement releve lent вперед» (батман релевелянт).	1	Показ; комментарий педагога по ходу выполнения упражнений- движений.
Основы образно-игровой партерной гимнастики «Рок-н-ролл лежа»	1	1. Элементы экзерсиса классического танца на середине зала. 2.Разучивание battement releve lent по VI позиции вперед. Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога.
Детский бальный танец «Вальс»	1	Вальсовый шаг, поворот, дорожка променад. Композиция «Детский вальс» построенный на вальсовой дорожке и разнообразном рисунке. Словесное объяснение; прием раскладки движений; - образный показ педагога; прием исполнения.
«Основы обучения классическому танцу» «I и II port de bras- для рук»	1	1.Элементы экзерсиса классического танца на середине зала. 2.Разучивание I и II port de bras- для рук. . Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога.
Основы образно-игровой партерной гимнастики «Волшебный коврик»	1	Комплекс упражнений образного характера для растяжки ног. Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. Прием образно- словесной подачи движений («лягушка», «телефон», «лебедь», «крокодил», «чемоданчик» и др.)
Элементарные основы народной хореографии. «Движения рук в народном танце»	1	1.Движения рук для мальчиков и для девочек. 2.Хлопушки (для мальчиков): шаги с хлопками, хлопушки по голенищу сапога и возле колена, присядка с хлопушкой. 3.Взмахи платочком (для девочек). 4.Танцевальные комбинации. Словесное объяснение, показ.
Детский бальный танец « От польки до галопа»	1	Разучить па галопа из I позиции , па польки из III позиции. Полька «Добрый жук» (используя притопы, повороты, хлопки). Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога.
Ритмические упражнения 1. «Веселая зарядка» 2. « Освоение танцев- образов»	1	1.«Веселая зарядка» -разминка на все группы мышц- Показ, комментарий педагога по ходу выполнения упражнений- движений., музыкальное сопровождение 2.«Лучики», «Светофор», «Часики», «Дождик», «Цапля и лягушки»-создание кукольных образов, освоение сценического пространства; парного и ансамблевого

<p>«Основы обучения классическому танцу» «Temps sauté» (прыжок сотэ).</p>	1	<p>исполнительства, «прикладные» задачи («циферблат», «зажигаем фонарики»). Комплексный прием; образное освоение танца; образный комментарий педагога по ходу танца; прием озвучивания движений.</p> <p>1.Элементы экзерсиса классического танца на середине зала. 2.Разучивание подготовку к прыжку на двух ногах – temps sauté (прыжок с двух ног на две) по I позиции, прыжок без подготовки . Словесное объяснение; прием раскладки движений; образный показ педагога.</p>
<p>Основы образно-игровой партерной гимнастики «Кручу-кручу»</p>	1	<p>Комплекс для ощущения правильной осанки, комплекс для исправлении осанки- укрепление «мышечного корсета».Показ, повторение.</p>
<p>Элементарные основы народной хореографии. «Комбинации русских танцев»</p>	1	<p>Танцевальные комбинации русских танцев. Прием ансамблевого исполнения. Прием образного показа педагога.</p>
<p>Ритмические упражнения «Основы обучения классическому танцу» Основы образно-игровой партерной гимнастики Элементарные основы народной хореографии</p>	1 1 1 1	<p>1. Открытое занятие. 2. Проведение итогов. Оценка результатов. Линейное построение, поклон-приветствие. Разминка по кругу (шаги, бег). Классический экзерсис на середине. Партерная гимнастика. Этюд на русском материале. Поклон-прощание.</p>
<p>«Закрепление и повторение пройденного материала»</p>		<p>Класс-концерт- лучшие танцевальные номера. Отработка танцевального материала. Объяснение важности повторов, репетиторской работы; выработка волевых качеств личности; показ работы; оценка результатов творческой деятельности. Прием «многократного повторение» (выработка динамического стереотипа); прием «публичного одиночества»; -прием психологической настройки на публичный показ; прием дифференциации, индивидуализации результатов.</p>

Материально – техническое обеспечение

- настенное зеркало;
- компьютер, принтер, колонки;
- музыкальный центр;
- фортепиано;
- альбомы, иллюстрации с изображением танцев разных эпох и стилей;
- фотографии с изображением танцевальных коллективов;
- маски;
- костюмы, элементы костюмов;
- декорации;
- диски с видеозаписями танцевальных композиций;
- аудиокассеты, музыкальные диски для детей дошкольного возраста.

5. Список использованной литературы

1. Ерохина, О.В. Школа танцев для детей/Серия «Мир вашего ребенка». [Текст] / О.В. Ерохиной -Ростов н/Д: Феникс, 2003.-224 с.
2. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. ». [Текст] / Н.В.Зарецкой, З.Я.Роот-2-е изд. –М.: Айрис-пресс, 2004.-112 с.: ил.-(Внимание дети!).
3. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения: В помощь музыкальным руководителям, воспитателям и родителям/Художник Ю.В.Турилова, В.Н.Куров.-Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг». [Текст] / М.А.Михайловой., Н.В.Ворониной-2004.-112 с., ил- (Детский сад: день за днем. Музыкальная минутка).
4. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать:Учеб.пособие для студ.учреждений сред.проф.образования. [Текст]/ Т.В.Пуртовой., А.Н. Беликовой, О.В Кветной -М.:Гуманит.изд.центр ВЛАДОС,2003.-256 с.:ил.
5. Фирилева Ж.Е.,СайкинаЕ.Г. Лечебно-профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС» Учебное пособие [Текст] / Ж.Е.Фирилевой., Е.Г.Сайкиной -СПб.:ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.-384 с., ил.
6. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике. [Текст] / Г.Франио., И.Лифица- М., Музыка, 1987г.
7. Шершнев В.Г. От ритмики к танцу развитие художественных - творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. [Текст] / В.Г.Шершнева-ООО «Издательство «Один из лучших», 2008.- 39с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114531

Владелец Бувалина Галина Викторовна

Действителен с 21.04.2025 по 21.04.2026