



АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 65
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ детский сад № 65 Красносельского района)

ПРИНЯТА

На заседании Педагогического совета
Протокол от № 1 от 26.08. 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 98 -фак от 26.08. 2025г.
ГБДОУ детского сада № 65
Комбинированного вида
Красносельского района
Заведующий С.Б. Якобсон



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Апельсинки»

Возраст: 3-7 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик: Цветкова В.С.,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2025

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	4
Содержание первого года обучения.....	8
Календарный учебный график	16
Методические и оценочные материалы	34

НОРМАТИВНЫЕ ДОКУМЕНТЫ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОГРАММЫ

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Федеральный закон от 31.07.2020 №304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся".
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15.09.2020 г. № 1441 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 "Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам".
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей".
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых".
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".
11. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций".

Пояснительная записка

Направленность настоящей Дополнительной общеразвивающей программы (далее – Программы) – художественно-эстетическая. Обучение детей по данной Программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

Актуальность хореографического образования. Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества. Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы. Танец имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Предлагаемая Программа ориентирует педагогов на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Педагогическая целесообразность. Педагогическая целесообразность образовательной программы определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Отличительные особенности Программы:

- 1) нагрузка дается постепенно и распределяется равномерно на протяжении занятия (в дальнейшем преподаватель усложняет какие - либо элементы, если видит, что дети освоили данное упражнение);
- 2) постоянная смена рисунка урока для концентрации внимания детей;
- 3) для того, чтобы достичь синхронности движений, необходимой для исполнения, важно сформировать у ребят навык владения ритмическим рисунком танца;

Уровень освоения Программы – общекультурный.

Основная форма работы с детьми – совместная игровая деятельность с детьми (СИД)

Объём и срок освоения Программы: 65 занятий, с ноября 2025 г. по май 2026 г., периодичность и длительность – 2 раза в неделю по 30 минут.

Адресат программы: данная программа составлена для детей 3-7 лет, занимающихся в системе дополнительного образования. Ее основным направлением является комплексный подход к получению учащимися знаний, умений и навыков (в процессе занятий в спортивном объединении).

Цель программы – содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Задачи:

Обучающие:

- овладение детьми основ хореографического мастерства.

Развивающие:

- Развитие творческого мышления, воображения и фантазии; развитие способности "видеть" и ясно представлять музыкальный образ, способы его пластической интерпретации;
- Развитие двигательных качеств и умений: гибкости, пластичности, ловкости, координации движения, силы, выносливости;

- Развитие и совершенствование всех видов движений, которые предлагаются детям, умение выполнять их легко и выразительно, максимально артистично и в соответствии с музыкой;
- Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- Развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма; - Развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- Развитие музыкальной памяти.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности; - воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Здоровьесберегающие:

- укреплять физическое и психическое здоровье детей, содействовать их гармоничному развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, работу сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем;
- формировать правильную осанку;
- стабилизировать работу вестибулярной системы;
- повышать работоспособность, самооценку, уверенность в себе. **Планируемые результаты**

Предметные:

- выполнение правил безопасного поведения во время занятий хореографии;
- рост показателей уровня физической подготовленности воспитанников;
- умение работать в команде;
- развитие физических качеств;
- сформированность навыков правильной осанки.

Метапредметные:

- развитие позитивного отношения к занятиям физической культурой и спорту.

Личностные:

- развитие коммуникативных навыков;
- формирование положительных качеств личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества на занятиях и в соревновательной деятельности;
- развитие дисциплинированности, чувства сознательности, активности; - развитие навыков взаимовыручки и поддержки в группе.

Организационно-педагогические условия реализации:

Язык реализации – государственный язык Российской Федерации (русский).

Форма обучения – очная.

Особенности реализации Программы: краткосрочные модули, использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, сетевая форма реализации Программы не предусмотрены.

Условия набора детей: в группу первого года обучения принимаются все желающие заниматься в данном объединении дети в возрасте 3-7 лет, на основании письменного заявления родителей и наличия справки об отсутствии медицинских противопоказаний. Группы формируются из детей обоих полов в количестве до 14-16 человек. Помещение,

отводимое для занятий, должно отвечать санитарно-гигиеническим требованиям: быть сухим, светлым, тёплым, с естественным доступом воздуха, хорошей вентиляцией, с площадью, достаточной для проведения занятий.

Форма организации и проведения занятий: фронтальная, подгрупповая, групповая, поточная, индивидуальная.

Ознакомление материала программы проводится в форме минутных бесед, в начале СИД. Внутри занятий предусматриваются восстановительные и релаксационные мероприятия или упражнения для отдыха детей. Подбор материала для занятий должен наряду с новым материалом обязательно включать упражнения, приемы техники и тактики игры из ранее усвоенного учебного материала для его закрепления и совершенствования. Обязательно применяется общая физическая подготовка (далее ОФП), которая предусматривает всестороннее развитие физических качеств, а специальная физическая подготовка (далее СФП) - для развития качеств и функциональных возможностей, специфических для футболистов (выполнение сложных приемов владения мячом, улучшить маневренность и подвижность футболиста в играх).

Основными средствами СФП являются специально-подготовительные упражнения. Теоретические сведения сообщаются детям в процессе проведения практических занятий. При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия.

Основными формами обучения используется игровой метод обучения, так как он позволяет более полно контролировать и корректировать деятельность занимающихся. А также используется повторный метод, метод музыкальной интерпретации, метод блоков и усложнения упражнения. Основными средствами являются физические упражнения, направленные на развитие физических качеств.

Материально-техническое оснащение:

- спортивный/танцевальный зал;
- музыкальное сопровождение;
- гимнастические скамейки;
- коврики;
- блоки для йоги.

Кадровое обеспечение: Программу реализует специалист-педагог, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по специальности «Педагог дополнительного образования» с дополнительной специализацией в области хореографии.

СОДЕРЖАНИЕ 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Содержание работы	Задачи	Содержание
1. Введение в программу	Презентация программы. Инструктаж по технике безопасности.	Знакомство. Проведение музыкальной разминки. Просмотр видеопрезентации

2. Изучение танцевальных направлений	<p style="text-align: center;"><i>Классического танца</i> — изучение основ : базовые движения.</p> <p style="text-align: center;"><i>Народного танца</i> – изучение новых, разнообразных элементов и приемов.</p> <p style="text-align: center;"><i>Современного танца</i> - Изучение основ современного танца:</p> <p style="text-align: center;"><i>Ритмика</i> - изучение основ танца: чувства ритма.</p>	Знакомство с танцевальным направлением. Распределение базовых танцевальных действий.
---	--	---

<p>3. Развитие музыкальности</p>	<p><i>Приемы музыкально-двигательной выразительности</i></p> <p>Отработка основных технических навыков:</p> <ul style="list-style-type: none"> -умение начинать двигаться с началом музыки; -умение придавать движению нужную динамическую выразительность; -умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения (или его части) – технически связан со предыдущим: воспитанники должны уменьшить (тормозить) устремленность своего движения при приближении заключения музыкальной мысли. <p><i>Развитие навыка «раскладывания» музыки</i></p> <p>Упражнения, направленные на развитие слухового аппарата посредством раскладки каждого музыкального трека.</p>	<p>Развитие навыка выражения каждого звука характерным движением, частью тела. Понятие ритмического рисунка танца.</p>
---	--	--

<p>4. Приемы развития танца</p>	<p><i>Работа с пространством</i></p> <p>Умение работы с пространством (уровни, перемещение, повороты)</p> <p>– залог интересного и качественного танцевания в импровизации.</p> <p><i>Разнообразие движений</i></p> <p>Кроме того, танцор должен уметь развивать каждое из базовых движений, что делает танец разнообразным и индивидуальным.</p>	<p>Разбор пространства, развивать у воспитанников пространственную ориентировку посредством танцевальных движений.</p>
--	---	--

<p>5. Самостоятельная работа</p>	<p><i>Работа в парах (обучение)</i></p> <p>Работа в парах подразумевает взаимообучение и передачу информации другому танцору. Таким образом происходит процесс закрепления усвоенной информации, а также приобретает навык общения в терминах танца.</p> <p>Разработка хореографии</p> <p>Самостоятельная разработка хореографии («связок») способствует развитию памяти, мышления и артистизма воспитанника.</p>	<p>Данный метод регулирует работоспособность воспитанников, воспитывает самостоятельность и развивает мышечную память.</p>
--	---	--

<p>6. Репетиционно - постановочная работа</p>	<p>Общеразвивающие упражнения, отработка сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, синхронность.</p>	<p>Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеоматериала. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления воспитанники формируют отношение к публичному выступлению. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями той или иной группы.</p>
--	--	--

7. Концертная деятельность	Участие в концертах	На данном этапе проходит самореализация ребенка как личности и активизация интереса к танцевальному искусству.
-----------------------------------	---------------------	--

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Предметные:

- основные положения рук
- основные позиции рук
- правила правильной постановки корпуса

метапредметные:

- проходить правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку.
- Правильно исполнять танцевальные композиции.

Личностные:

- Приобретут интерес к хореографии
- Повысят уровень активности.

1. Вводное занятие

Теория: Вводный инструктаж по охране труда. Техника безопасности. Правила поведения на занятии. Проведение музыкальной разминки.

2. Физическая подготовка.

2.1. Теория. Базовые принципы физической подготовки танцора. Основные методы развития быстроты, силы, выносливости, координации.

2.2. Практика: Выполнение упражнений, проводимых в облегченных и усложненных условиях, требующих внезапного изменения техники движения, с использованием различного инвентаря и оборудования; с дополнительными заданиями. Способность к ориентированию в пространстве.

Способность к быстрому перестраиванию двигательных действий.

2.3. Практика. Упражнения для развития специальной выносливости: прыжковой, способности четко, качественно, но долговременно выполнять танцевальные движения, особенно мелкой техники, движений со сменой уровней. Упражнения для развития специальной координации: вращения, элементы со сменой уровней, комбинации упражнений ориентирования в пространстве. Тренинги на быструю смену задач. Упражнения для развития специальной быстроты, прыгучести. Развитие способности сохранять равновесие - статическое и динамическое, связанное со способностью

сохранять определенное положение, либо быстро прийти в него под воздействием факторов извне.

2.4. Практика. Приемы музыкально-двигательной выразительности Оработка основных технических навыков:

- умение начинать двигаться с началом музыки;

- умение придавать движению нужную динамическую выразительность;

- умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения (или его части)

– технически связан со предыдущим: воспитанники должны уменьшить (тормозить) устремленность своего движения при приближении заключения музыкальной мысли.

Развитие навыка «раскладывания» музыки Упражнения, направленные на развитие слухового аппарата посредством раскладки каждого музыкального трека на «биты», «кляпы», «хайхэды» и т.д.

2.5 Практика. Выполнение физических упражнений преимущественно циклического характера, выполняемые продолжительное время и вызывающие утомление. Выполнение упражнений с переменной скоростью (очень медленно + умеренно + медленно и т. д.). Применение упражнений с

использованием методов воспитания физических качеств таких, как равномерный, переменный, повторный, интервальный, соревновательный, игровой и круговой методы.

2.6 Практика. Выполнение упражнений на растягивание в зависимости от режима работы мышц:

- динамические активные упражнения;
- динамические пассивные упражнения;
- стретчинг.

3 Техническая

3.1. Подготовка Теория.

Изучение терминологии и ее переводы

Практика:

- Позиции ног: I, II, III;
- Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III;
- по I, II, III позициям;
- с I-II позиции в сторону, вперед, назад;
- Battements tendus jetés из I позиции;
- Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга); - I, II port de bras.
- Позиции ног: IV, V.
- Demi-pliés в V позиции.
- Battements tendus из V позиции.
- Battements tendus с demi-pliés из V позиции в сторону, вперед, назад. - Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга) с I позиции – с préparation и заключением.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции – с préparation из заключением.

3.2 Теория. Рассказ о современном танце.

Практика. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника

Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава

Упражнения, развивающие выворотность ног

Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие шага

3.3 Теория: Изучение терминологии и основных понятий в русском народном танце.

Практика: Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Позиции ног выворотные, свободные, прямые (параллельные), обратные

(закрытые). Три позиции рук и положения рук: подготовительное, на талии, под грудью, на груди, на поясице, на затылке. Платочек в русском танце. Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны.

3.4 Теория. обучение детей начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Задачей является приобретение координации слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание.

Практика: - коллективно- порядковые упражнения; - тренировочные упражнения;

- музыкальная программа;

- танцевальные элементы;

3.5 Теория. Рассказ детям о хореографической постановке.

Практика. Изучение танца.

4. Фитнес подготовка

4.1 Теория. Что такое фитнес? Основные понятия. Танцевальный фитнес. Знакомство с репертуаром музыкального сопровождения.

4.2. Теория. Классификация детского фитнеса.

Практика. Выполнение упражнений в различных позах на сибирском борде, упражнения разной интенсивности, упражнения, направленные на различные группы мышц, статно-динамические упражнения, динамические упражнения.

4.3 Теория. Знакомство с музыкальным репертуаром, правила выполнения упражнений во время звучания музыки.

Практика. Динамичные упражнения на сибирском борде под счет, под энергичную музыку, направленные на чувство ритма, на формирование ритмичных двигательных умений.

Контрольные упражнения

Теория. Правила выполнения контрольных упражнений.

Практика. Самостоятельное выполнение хореографических элементов, выполнение элементов без сторонней помощи, технички-правильное выполнение элементов.

4.2 Концертная деятельность, участие в конкурсах, фестивалях. Теория.

Подготовка детей к сцене.

Практика. Выступление на сцене в Санкт-Петербурге.

6.Итог

6.1 По итогам обучения дети должны

знать:

- Названия и правила выполнения танцевальных движений;

- правила поведения в хореографическом зале;
- ориентироваться в пространстве;
- знать основы фитнеса; *уметь*:
- выполнять базовые упражнения классического, народного и современного танца;
- координировать танцевальные движения;
- уметь выполнять танцевальную связку из нескольких элементов под музыку.

АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 65 Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ детский сад № 65 Красносельского района)

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
дополнительной общеразвивающей программы
«Апельсинки»
на 2025–2026 учебный год
педагога Цветковой В. С.

Группа: 3-7 лет

Группа 1

Год обучения: первый

№	Дата	Тема и содержание работы	Кол-во теория	Кол-во практика	Примечание
1	26.11.2025	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках хореографии..	0,5	0,5	
2	28.11.2025	Разминка. Просмотр видео-презентации Знакомство детей с хореографией	0,5	0,5	
3	03.12.2025	Разминка Понятие «Танец»	0,5	0,5	
4	05.12.2025	Игра-смена вида деятельности после обучающегося занятия, переключение внимания Танцевальная разминка, постановка корпуса, базовые шаги.		1	
5	10.12.2025	Шаг в хореографии. Игровой самомассаж. Танцевальная разминка и дыхательная.		1	
6	12.12.2025	Гимнастика, разучивание базового шага . Игровой самомассаж.		1	
7	17.12.2025	Изучение нового направления народный танец Просмотр видеоматериала, обсуждение танцевальных направлений.	0,5	0,5	
8	19.12.2025	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика «кошечка». Игра повтори за мной.		1	

9	24.12.2025	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика. Разучивание базового танцевального комплекса. Игра двигайся-замри.	0,5	0,5	
10	26.12.2025	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика «кошечка». Закрепление базовых движений по направлению. Игра тише едешь-дальше будешь.		1	
11	14.01.2026	Знакомство детей с танцевальным направлением современного танца. Просмотр видеоматериала, обсуждение танцевальных направлений.	0,5	0,5	
12	16.01.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика. Обучающее занятие по направлению современный танец. Игровая релаксация.		1	
13	21.01.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика пузырь. Разучивание базовых движений по направлению современный танец. Игра повтори за мной.		1	
14	23.01.2026	Знакомство детей с танцевальным направлением классический танец просмотр видеоматериала, обсуждение танцевального направления.		1	
15	28.01.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика «кошечка». Обучающее занятие по направлению. Игра тише едешь-дальше будешь.		1	
16	30.01.2026	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика «кораблик». Разучивание танцевальной связки по направлению народный танец. Игра твистер.		1	
17	04.02.2026	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика «лодочка». Повторение танцевальной связки по направлению народный танец. Игра тише едешь-дальше будешь		1	
18	06.02.2026	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика. Обучающее занятие по направлению классический танец. Игра – море волнуется.		1	

19	11.02.2026	Знакомство детей со «сложными звуками» в музыке, обучение слышать определенный звук и умение раскладывать музыкальный темп	0,5	0,5	
20	13.02.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика пузырь. Разучивание танцевальной связки. Игровая деятельность: угадай мелодию.		1	
21	18.02.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика пузырь. Повторение сольных и парных номеров. Игровая релаксация		1	
22	20.02.2026	Танцевальный конкурс «Баттл», просмотр видеоматериала, обсуждение танцевальных направлений.		1	
23	25.02.2026	Подготовка к контрольному первого полугодия итоговому занятию		1	
24	27.02.2026	Итоговое контрольное открытое занятие		1	
25	04.03.2026	Подведение итогов		1	
26	06.03.2026	Азбука природы музыкального движения		1	
27	11.03.2026	Постановка корпуса		1	
28	13.03.2026	Позиции ног в танце		1	
29	18.03.2026	Позиции рук и головы в танце		1	
30	20.03.2026	Упражнения для корпуса, головы, рук и ног (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения, маховые движения).		1	
31	25.03.2026	Азбука природы музыкального движения		1	
32	27.03.3026	Хореографическая разминка, групповые общеразвивающие упражнения: развивать умение работать в команде, выполнять командообразующие упражнения. Игровые упражнения: «воробушки», «зайчики»		1	
33	01.04.2026	Хореографическая разминка. Освоение техники основных хореографических элементов. Выполнение упражнений направленные на развитие координации движений и ловкости		1	

34	03.04.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
35	08.04.2026	Физическая подготовка. Упражнения на силу ног и рук		1	
36	10.04.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
37	15.04.2026	Развитие навыка выражения каждого звука характерным движением, частью тела. Понятие ритмического рисунка танца		1	
38	17.04.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
39	22.04.2026	Физическая подготовка. Упражнения на силу ног и рук		1	
40	24.04.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
41	29.04.2026	Разучивание классического экзерсиса. (Позиции ног: I, II, III, Demi-pliés		1	
42	06.05.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
43	08.05.2026	Изучение основ современной хореографии	0,5	0,5	
44	13.05.2026	Хореографическая разминка. Изучение народного танца (ковырялочка, притопы, хлопки, елочка)		1	
45	15.05.2026	Изучение основных ритмических рисунков (линия, круг, шен, шахматный порядок)		1	
46	20.05.2026	Постановка номера на конкурсное выступление		1	
47	22.05.2026	Танцевальная разминка. Детский фитнес в игровой форме		1	
48	27.05.2026	Фитнес под музыку. Выполнение знакомых упражнений под музыкальное сопровождение		1	
49	29.04.2025	Хореографическая разминка. Физическая подготовка. Упражнения на силу и выносливость		1	

Группа: 3-7 лет

Группа 2

Год обучения: первый

№	Дата	Тема и содержание работы	Кол-во теория	Кол-во практика	Примечание
1	26.11.2025	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках хореографии..	0,5	0,5	
2	28.11.2025	Разминка. Просмотр видео-презентации Знакомство детей с хореографией	0,5	0,5	
3	03.12.2025	Разминка Понятие «Танец»	0,5	0,5	
4	05.12.2025	Игра-смена вида деятельности после обучающего занятия, переключение внимания Танцевальная разминка, постановка корпуса, базовые шаги.		1	
5	10.12.2025	Шаг в хореографии. Игровой самомассаж. Танцевальная разминка и дыхательная.		1	
6	12.12.2025	Гимнастика, разучивание базового шага . Игровой самомассаж.		1	
7	17.12.2025	Изучение нового направления народный танец Просмотр видеоматериала, обсуждение танцевальных направлений.	0,5	0,5	
8	19.12.2025	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика «кошечка». Игра повтори за мной.		1	
9	24.12.2025	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика. Разучивание базового танцевального комплекса. Игра двигайся-замри.	0,5	0,5	
10	26.12.2025	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика «кошечка». Закрепление базовых движений по направлению. Игра тише едешь-дальше будешь.		1	

11	14.01.2026	Знакомство детей с танцевальным направлением современного танца. Просмотр видеоматериала, обсуждение танцевальных направлений.	0,5	0,5	
12	16.01.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика. Обучающее занятие по направлению современный танец. Игровая релаксация.		1	
13	21.01.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика пузырь. Разучивание базовых движений по направлению современный танец. Игра повтори за мной.		1	
14	23.01.2026	Знакомство детей с танцевальным направлением классический танец просмотр видеоматериала, обсуждение танцевального направления.		1	
15	28.01.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика «кошечка». Обучающее занятие по направлению. Игра тише едешь-дальше будешь.		1	
16	30.01.2026	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика «кораблик». Разучивание танцевальной связки по направлению народный танец. Игра твистер.		1	
17	04.02.2026	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика «лодочка». Повторение танцевальной связки по направлению народный танец. Игра тише едешь-дальше будешь		1	
18	06.02.2026	Музыкальная разминка. Дыхательная гимнастика. Обучающее занятие по направлению классический танец. Игра – море волнуется.		1	
19	11.02.2026	Знакомство детей со «сложными звуками» в музыке, обучение слышать определенный звук и умение раскладывать музыкальный темп	0,5	0,5	
20	13.02.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика пузырь. Разучивание танцевальной связки. Игровая деятельность: угадай мелодию.		1	

21	18.02.2026	Танцевальная разминка. Дыхательная гимнастика пузырь. Повторение сольных и парных номеров. Игровая релаксация		1	
22	20.02.2026	Танцевальный конкурс «Баттл», просмотр видеоматериала, обсуждение танцевальных направлений.		1	
23	25.02.2026	Подготовка к контрольному первого полугодия итоговому занятию		1	
24	27.02.2026	Итоговое контрольное открытое занятие		1	
25	04.03.2026	Подведение итогов		1	
26	06.03.2026	Азбука природы музыкального движения		1	
27	11.03.2026	Постановка корпуса		1	
28	13.03.2026	Позиции ног в танце		1	
29	18.03.2026	Позиции рук и головы в танце		1	
30	20.03.2026	Упражнения для корпуса, головы, рук и ног (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения, маховые движения).		1	
31	25.03.2026	Азбука природы музыкального движения		1	
32	27.03.2026	Хореографическая разминка, групповые общеразвивающие упражнения: развивать умение работать в команде, выполнять командобразующие упражнения. Игровые упражнения: «воробушки», «зайчики»		1	
33	01.04.2026	Хореографическая разминка. Освоение техники основных хореографических элементов. Выполнение упражнений направленные на развитие координации движений и ловкости		1	
34	03.04.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
35	08.04.2026	Физическая подготовка. Упражнения на силу ног и рук		1	

36	10.04.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
37	15.04.2026	Развитие навыка выражения каждого звука характерным движением, частью тела. Понятие ритмического рисунка танца		1	
38	17.04.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
39	22.04.2026	Физическая подготовка. Упражнения на силу ног и рук		1	
40	24.04.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
41	29.04.2026	Разучивание классического экзерсиса. (Позиции ног: I, II, III, Demi-pliés		1	
42	06.05.2026	Хореографическая разминка. Упражнения на силу ног и рук		1	
43	08.05.2026	Изучение основ современной хореографии	0,5	0,5	
44	13.05.2026	Хореографическая разминка. Изучение народного танца (ковырялочка, притопы, хлопки, елочка)		1	
45	15.05.2026	Изучение основных ритмических рисунков (линия, круг, шен, шахматный порядок)		1	
46	20.05.2026	Постановка номера на конкурсное выступление		1	
47	22.05.2026	Танцевальная разминка. Детский фитнес в игровой форме		1	
48	27.05.2026	Фитнес под музыку. Выполнение знакомых упражнений под музыкальное сопровождение		1	
49	29.04.2025	Хореографическая разминка. Физическая подготовка. Упражнения на силу и выносливость		1	

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Принципы:

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;
- принцип систематичности;
- игровой принцип;
- принцип сознательности, активности; - принцип повторяемости материала; - принцип наглядности.

Ведущими методами обучения детей танцам являются:

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

Методы и технологии:

- Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
- Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
- Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению содержания Программы, повышает интерес к занятиям.
- Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Методы обучения техники танца:

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал).

Таким образом, основные методы, применяемые при обучении:

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

Контроль и оценка деятельности обучающихся осуществляется:

- с помощью устного опроса по теории исполнения пройденных навыков движений, построен на пройденном и отработанном материале;
- с помощью практической работы: исполнение пройденного и отработанного материала, предлагаемые задания имеют цель показать учащимся реальный уровень их достижений и обеспечить необходимый уровень мотивации дальнейшего изучения двигательных навыков хореографии.

Этюдная работа помогает разнообразить формы контроля.

Информационные источники:

Нормативная база:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании В Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31.07.2020 №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся».
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р.
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 №114 «"Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей». 9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 №882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»».
13. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 №16).

14. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций».

Литература для педагога и родителей (законных представителей):

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