

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Дельфин»  
комбинированного вида города Унеча Брянской области**

Согласовано  
протокол педагогического совета  
от 31.08.2020 г. №3

Утверждено  
приказом МДОУ д/с «Дельфин»  
от 01.09.2020 г. №130

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Каблучок»**

**для детей 5-6 лет**

**срок реализации 2020-2021 уч. год**

Музыкальный  
руководитель:  
Иваненко Е.В.

г. Унеча 2020 год

## **Содержание.**

1. Пояснительная записка.
  - 1.1. Актуальность и практическая значимость.
  - 1.2. Цель и задачи программы.
  - 1.3. Отличительные особенности программы.
  - 1.4. Возрастные особенности детей.
  - 1.5. Режим занятий.
  - 1.6. Планируемые результаты освоения программы.
2. Учебно-тематический план.
3. Содержание программы.
  - 3.1. Описание образовательной деятельности.
  - 3.2. Принципы образовательного процесса.
4. Методическое обеспечение программы.
  - 4.1. Формы организации и методы обучения.
  - 4.2. Принципы реализации программы.
  - 4.3. Характеристика средств, необходимых для реализации программы.
5. Список литературы.

# І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

## 1.1. Актуальность и практическая значимость.

Художественно-эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса дошкольного образовательного учреждения и является его приоритетным направлением. Для эстетического развития личности ребенка огромное значение имеет разнообразная художественная деятельность — изобразительная, музыкальная, художественно-речевая и др. Важной задачей эстетического воспитания является формирование у детей эстетических интересов, потребностей, эстетического вкуса, а также творческих способностей. Богатейшее поле для эстетического развития детей, а также развития их творческих способностей представляет **танцевальная деятельность**.

В течение не одного десятка лет педагоги используют движение как средство музыкального развития. В прогрессивных педагогических системах музыкального воспитания движению всегда отводилось особое место, так как музыканты признавали за ним возможность не только совершенствовать тело, но и развивать духовный мир человека. Чтобы развить у детей чувство ритма, выразительность движения, фантазию и воображение, организованы занятия в **танцевальном кружке «Каблучок»**, так как разного характера танцы, двигательные танцевальные упражнения и комплексы помогают ребёнку понять содержание музыки, освоить ее непростой язык.

Кружковые занятия танцами развивают у дошкольников чувство ритма, музыкальный слух, культуру движения, гибкость, пластику, укрепляют дыхательную, мышечную и сердечно - сосудистую систему детского организма, тем самым способствуя здоровому образу жизни дошкольников. Помимо этого, идёт развитие детского танцевального творчества.

## 1.2. Цель программы :

Развитие творческих способностей детей средствами танцевального искусства.

### Задачи программы:

#### Обучающие:

- обучить простейшим элементам современного танца;
- обучить исполнению танцев с предметами в руках (спортивные султанчики);
- обучить передавать ритмический рисунок, темп и динамику произведения с помощью хлопков, притопов и др. ритмических движений, самостоятельно начинать и заканчивать движения в соответствии с музыкальной фразой;
- побуждать к импровизации под музыку, сочинению собственных композиций из знакомых движений;
- научить ориентироваться в пространстве зала;

- обучить детей приёмам самостоятельной и коллективной работы.

### **Развивающие:**

- развить чувство ритма, темпа, координации и свободы движений, ловкость, физическую выносливость.
- способствовать снятию мышечных и психологических зажимов посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развивать художественный вкус.

### **Воспитательные:**

- формировать интерес к танцевальному искусству;
- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия;
- формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве .

## **1.3.Отличительные особенности программы.**

Настоящая программа описывает курс подготовки по танцевальной деятельности детей дошкольного возраста 5-6 лет.

Программа разработана на основе Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования (имеет развивающий характер, учтён **оздоровительный компонент**, базируется на игровых методах).

Также при разработке программы были использованы теоретические положения

отечественной и современной школы музыкального воспитания детей дошкольного возраста, основоположниками которой заслуженно признаны как в России, так и за рубежом Н.А.Ветлугина, А.И. Буренина, З.Н Роот.

**Новизна** программы состоит в лично - ориентированном обучении. Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребёнка, не в формировании сроков и темпов, а ,прежде всего, в том, чтобы создать каждому ребёнку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей. Обучение танцам тесным образом связано с процессом подготовки к концертам, музыкально – сценическим представлениям. В связи с этим, учебный план разработан в соответствии с планом основных мероприятий ДОУ. Обучение

доступно всем детям, желающим заниматься танцевальным творчеством.

В качестве **физминуток** для предотвращения утомляемости дошкольников используются пальчиковые игры и игры на развитие дыхательной системы детского организма.

Приём в кружок осуществляется в начале учебного года. К занятиям в танцевальном кружке допускаются дети, не имеющие противопоказаний к тренировке танцами. В объединение принимаются дети с разным уровнем хореографического развития. Основным условием приёма является желание обучающихся.

Для успешной реализации программы разработано перспективное планирование, расписаны формы и методы работы с детьми. Прилагается используемая литература, а также атрибуты и оборудование, требуемые для реализации программы.

#### **1.4. Возрастные особенности детей 5-6 лет.**

Дети к 5 годам обладают довольно *большим запасом представлений об окружающем*, которые получают благодаря своей активности, стремлению задавать вопросы и экспериментировать. Представления об основных свойствах предметов углубляются: ребёнок хорошо знает основные цвета, может рассказать, чем отличаются геометрические фигуры друг от друга; сопоставить между собой по величине большое количество предметов. На эти знания педагог может опираться при обучении детей ориентации в пространстве с помощью ориентиров разного цвета и формы.

*Внимание* детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20-25 мин вместе со взрослым. Ребёнок этого возраста уже способен *действовать по правилу*, которое задаётся взрослым.

*Объём памяти* изменяется не существенно. Улучшается её устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приёмы и средства (в качестве подсказки могут выступать схемы, карточки или рисунки). Малыш способен удерживать в памяти большой объём информации. В 5-6 лет ведущее значение приобретает *наглядно-образное мышление*, которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщённых наглядных средств (схем, чертежей и пр.).

Развивается *прогностическая функция мышления*, что позволяет ребёнку *видеть перспективу событий*, предвидеть близкие и отдалённые *последствия собственных действий* и поступков.

Ребёнок шестого года жизни свободно использует средства *интонационной выразительности*: может читать стихи грустно, весело или торжественно,

способен регулировать громкость голоса и темп речи в зависимости от ситуации (громко читать стихи на празднике или тихо делиться своими секретами и т. п.).

В процессе *восприятия художественных произведений* дети эмоционально откликаются на те произведения искусства, в которых переданы понятные им чувства и отношения, различные эмоциональные состояния людей, животных, борьба добра со злом.

При *слушании музыки* дети обнаруживают большую сосредоточенность и внимательность. Творческие проявления музыкальной деятельности становятся более осознанными и направленными (образ, средства выразительности продумываются и сознательно подбираются детьми).

Возраст 5-6 лет можно охарактеризовать как возраст овладения ребёнком *активным воображением*, которое начинает приобретать самостоятельность, отделяясь от практической деятельности и предвзяв её. Образы воображения значительно полнее и точнее воспроизводят действительность. Ребёнок чётко начинает различать действительное и вымышленное. Действия воображения - создание и воплощение замысла - начинают складываться первоначально в игре. Это проявляется в том, что прежде игры рождается её замысел и сюжет.

Ловкость и развитие *мелкой моторики* проявляются в более высокой степени самостоятельности ребёнка при самообслуживании: дети практически не нуждаются в помощи взрослого, когда одеваются и обуваются.

Более совершенной становится *крупная моторика*: ребёнок хорошо бегает на носках, прыгает через веревочку, попеременно на одной и другой ноге, катается на двухколесном велосипеде, на коньках. Появляются сложные движения: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребёнком небольших усилий на протяжении достаточно длительного времени).

Дети старшего дошкольного возраста отличаются высокой эмоциональностью, ярко и непосредственно выражают свои чувства. Внимательное, заботливое отношение взрослого к детям, умение поддержать их познавательную активность и развить самостоятельность, организация разнообразной деятельности составляют основу правильного воспитания и полноценного развития детей.

### **1.5. Режим занятий.**

Программа танцевального кружка «Каблuchок» предназначена для детей 5-6 лет. Срок реализации программы 1 год. Предполагается проведение 34 занятий в

год. Занятия проводятся со второй половины сентября по май (включительно), один раз в неделю, во второй половине дня. Продолжительность занятия 25 минут.

Возраст детей	Продолжит. занятия	Периодичность в неделю	Кол-во занятий в год	Кол-во часов в год
5-6 лет	25 мин.	1 раз	34	14ч 10 мин

### **1.6. Планируемые результаты освоения программы:**

#### **Должны знать:**

- Правила поведения в танцевальном зале.
- Правила исполнения движений в паре и в ансамбле.

#### **Должны уметь:**

- Откликаться на динамические оттенки в музыке и простейшие ритмические рисунки.
- Реагировать на музыкальное вступление.
- Красиво и правильно исполнять танцевальные элементы танца: простой шаг с вытянутым носком, прямой и боковой галоп, полуприседания, повороты, ритмично ходить и бегать(легко, энергично), а также высоко поднимать ноги в коленях, скакать с ноги на ногу; самостоятельно строить круг, расширяя и сужая его; двигаться парами по кругу, сохраняя расстояние между парами; выполнять различные движения с предметами и без них; исполнять отдельные танцевальные движения, делать приставной шаг, с приседанием, полуприседанием, кружиться, продвигаясь вперед, передавать игровые образы различного характера.
- Уметь владеть предметом, с которым танцуют(султанчики и т.п.)
- Давать характеристику музыкальному произведению.
- Хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.
- Эмоционально передавать доступные для понимания образы (феи, птички).
- Овладеть репертуаром, предлагаемым для изучения по курсу (с помощью взрослого - по показу).

## 2. Учебно-тематический план.

Месяц	Тема	Неделя	№ занятия	Программное содержание	Задачи	Участие в мероприятии
Сентябрь	"Осень в гости к нам пришла".	3,4,5	№ 1-3	1.Инструктаж по ТБ в муз.зале во время занятий. 2. Строевые упражнения. 3.Пальчиковая гимнастика 4." Черлидинг "- танец с султанчик. 5.Релаксация.	Раскрепостить детей психологически и физически. Объяснить детям цели занятий и основные требования по безопасному поведению во время занятий. Развивать музыкальность, координацию движений.	
Октябрь	" Осень в детском саду".	2,3, 4,5.	№ 4-7	1 .Строевые упражнения. 2.Музыкальная игра "Стройся- Разойдись!". 3. " Черлидинг " 4. Танец "Ледяные ладошки" 5.Релаксация.	Развивать ориентировку в пространстве, повторить знакомые плясовые движения, формировать коммуникативные и творческие навыки.	" Праздник Осени"
Ноябрь	"Здравствуй, сказка".	1,2,3,4.	№ 8-11	1 .Строевые упражнения. 2.Музыкальная игра "Найди своё место !" 3.Танец "Ледяные ладошки" 4.Релаксация.	Воспитывать коммуникативные качества, развивать двигательную активность детей. Улучшать ориентировку в пространстве, развивать ритмичность движений, внимание, развивать творческие способности.	" Новогодний утренник"
Декабрь	"Мы собираемся на бал".	1,2,3, 4.	№12-15	1 .Весёлая зарядка 2.Танец "Ледяные ладошки", 3Танец "Робот Бронислав"- начать разучивание. 4.Релаксация.	Развивать музыкальность, чувство ритма, внимание, быстроту реакции, пластичность, умение быстро и организованно работать в группе.	" Новогодний утренник"



Январь - Февраль	" Поздравим наших пап".	3 ,4, 5  1.	№16-19.	<b>1.Инструктаж по ТБ на зимних тротуарах .</b> 2.Строевые упражнения. 3.Дыхательная гимнастика. 4.Танец " <b>Робот Бронислав</b> " 5.Релаксация.	Создать благоприятный эмоциональный фон, заложить основу для плодотворной творческой работы. Развивать чувство ритма, внимание, память, совершенствовать умение ориентироваться в пространстве.	Концерт в честь " Дня защитников Отечества"
Февраль -  Март	"Мама-солнышко моё"	2,3,4 ,  1.	№ 20-23	1 .Строевые упражнения. 2Плясовая зарядка. 3. <b>Танец "Раз, ладошка!"</b> 4.Релаксация.	Воспитывать коммуникативные качества, развивать двигательную активность детей в соответствии с характером музыки. Отмечать в движении сильную долю такта, менять движения в соответствии с музыкой.	Концерт в честь Дня 8 марта.
Март-  Апрель	"Этот День Победы!"	2, 3,4 ,  1,2.	№24-28	<b>1 .Инструктаж по ТБ вблизи водоёмов.</b> 2 Строевые упражнения. 3 .Пальчиковая гимнастика. 4. <b>Танец " Катюша"</b> 5.Релаксация.	Развивать эмоционально-образное восприятие музыкальных произведений, различных по характеру, чувство ритма, ориентацию в пространстве.	Участие в концерте , посвящённом Дню Победы.
Апрель-  Май	"До свидания, д/с "Дельфин!""	3,4,5,  2,3,4.	№29-34.	<b>1.Инструктаж по ТБ вблизи дорог.</b>  2. Строевые упражнения. 3.Дыхательная гимнастика . 4. <b>Танец "Мы-маленькие звёзды"</b> 5.Релаксация.	Укреплять основные мышечные группы для формирования правильной осанки. Совершенствовать умение самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отмечать это сменой движений, осваивать движения современного танца. Формировать умение ориентироваться	Участие в концерте для выпускников детского сада

### 3. Содержание программы.

#### 3.1. Описание образовательной деятельности.

В ход занятий танцевального кружка включены :

**-строевые упражнения** для развития основных групп мышц (мышц ног, рук, спины), которые отвечают за работу опорно-двигательного аппарата ребёнка, за

укрепление осанки, профилактику плоскостопия;

**-дыхательные упражнения**, способствующие качественной вентиляции лёгких и увеличению их объёма, а также расслаблению мышц корпуса.

**Основопологающие** в структуре занятия - **танцевальные движения**, которые являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку соответственно ее характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят **танцевальные шаги и ритмические танцы**.

**Раздел «Пальчиковая гимнастика»** служит для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

**Релаксационные упражнения** помогают детям расслабиться, сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, учат управлять своим телом, устранять беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливать силы, увеличивать запас энергии.

Дети знакомятся с гимнастическими и танцевальными движениями. Наиболее сложными из них являются движения для рук. Дети учатся двигаться с предметами (султанчиками и т.п.), что приводит к напряжению мышц. С этой целью надо чаще давать упражнения, способствующие расслаблению мышц рук. К сложным движениям, требующим длительного времени разучивания, относятся также движения для ног: боковой галоп, пружинящий шаг, движения современных танцев (подскоки, перекрёстные шаги, бег спиной назад с наклоном вперёд, хороводный шаг, приставной шаг с приседанием, полуприседание, с выставлением ноги на пятку и др.)

Музыкальный руководитель учит детей пространственной ориентировке: быстро перестраиваться в колонну, в шеренгу, круг во время движения и на месте, выполнять все упражнения не только ритмично, но сохраняя указанный темп.

Главная задача педагога - создать положительный эмоциональный настрой у детей во время занятий. Отсюда вытекают требования к педагогической деятельности музыкального руководителя: подбор красивой музыки, выразительный показ движений при соблюдении принципа целостности действенного показа (музыка - движение). Развить умение чувствовать общее эмоциональное содержание музыки и передавать его в движении; стремиться к развитию у детей непроизвольных эмоционально-двигательных реакций на музыку разного характера. При этом,

обращать внимание на индивидуальные особенности каждого ребенка. В процессе обучения все приемы и методы должны быть направлены на то, чтобы музыкально - ритмическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

### **3.2. Принципы реализации программы.**

Принцип *доступности и индивидуализации* - обеспечение успешного выполнения и усвоения заданий, позволяющий развивать способности, воспитывать положительные качества ребенка.

Принцип *постепенности* - позволяет переходить от легкого к сложному.

Принцип *наглядности* - обеспечение точного восприятия движения, формирование правильного представления о нём.

Принцип *системности* - основываясь на предыдущих знаниях переход к новым.

Принцип *повторения* - в результате многократных повторений формируются двигательные навыки.

Принцип *активности и осознанности* — воспитание осмысленного отношения и проявления самостоятельности, творчества.

### **4. Методическое обеспечение программы.**

#### **4.1. Формы реализации программы.**

**1. Массовая** - занятия проводятся со всем танцевальным коллективом.

**2. Групповая** – занятия проводятся по группам с использованием дифференцированного подхода.

**3. Индивидуальная** – занятия проводятся с учетом возрастных и личностных особенностей.

#### **Формы занятий:**

- практическое занятие;
- игра;
- репетиция;
- концерт.

#### **4.2. Дидактический материал.**

В качестве методического материала используются:

- аудиозаписи музыкально-ритмических комплексов различной тематики;
- музыкально-дидактические игры;
- игры из пальчиковой гимнастики;
- упражнения дыхательной гимнастики;
- элементы костюмов и атрибуты для танцев.

#### **4.3. Характеристика средств, необходимых для реализации программы.**

Для реализации данной программы в ДОУ созданы необходимые условия: занятия кружка проводятся в музыкальном зале, имеется музыкальный центр, ноутбук с набором CD-дисков с ритмической музыкой, музыкально - подвижными играми, CD-диски с примерами классической и современной музыки для релаксации. Имеются атрибуты для ритмических игр и танцев (кубики, флажки, султанчики, ленточки, искусственные цветы).

## 5. Список литературы.

Бекина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет. – М., 1984.

Буренина А.И. Ритмическая мозаика. (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000.

Е.В. Горшкова От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей творчества в танце.- М.: Физкультура и спорт, 1990.

Лисицкая Т. Пластика, ритм. – М.: Физкультура и спорт, 1985.

Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. – М.: Академия, 1999.

Ротэрс Т.Т. Музыкально – ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.

Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М.: 1972.