

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 58 «Золушка» комбинированного вида г.Улан-Удэ  
(МБОУ детский сад №58 «Золушка»)**

ПРИНЯТА  
на Педагогическом совете МБДОУ  
детский сад №58 «Золушка»  
г. Улан-Удэ  
протокол №  
от

УТВЕРЖДАЮ:  
заведующая МБДОУ  
детский сад №58 «Золушка»  
г. Улан-Удэ

**Рабочая программа кружка «Хрустальный башмачок» (танцы)  
для детей 6-7 лет (подготовительная группа)  
музыкального руководителя Рабогошвиль О.Д.**

г. Улан-Удэ

2018-2023г

Программа «Хрустальный башмачок» составлена и адаптирована на основе программы Ж.Е. Фирилевой и Е.Г. Сайкиной «СА-ФИ-ДАНСЕ».

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

Настоящее Положение разработано в соответствии Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 года №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования», Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования №1155 от 17.10.2013 г., Уставом муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №58 (далее - учреждение).

1.2. МБОУ № 58 «Золушка» г. Улан-Удэ (далее ДОУ) самостоятельно разрабатывает и реализует рабочую программу дополнительного образования (далее Программа), принятую Советом педагогов образовательного учреждения и утвержденную приказом заведующего.

Программа предназначена для работы с детьми 5-7 лет.

Программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Данная программа направлена на вооружение воспитанников знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня.

Новизна программы:

Учитывая требования современного дополнительного образования, данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.

ориентацию индивидуальных особенностей воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самостоятельность;

Актуальность программы заключается в сохранении и укреплении здоровья детей через занятия хореографией и интересе детей и их родителей к занятиям хореографией. Эти занятия позволяют раскрыть их индивидуальные творческие способности, привить навыки концертных выступлений, способствуют положительной самооценке. Развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

Педагогическая целесообразность:

Формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии, оказание помощи в профессиональной ориентации.

Возраст детей, участвующих в реализации программы 5-7 лет

Занятия по хореографии по программе проводятся 2 раза в неделю.

Продолжительность занятий в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.1251-03, СанПиН 2.4.1.2660-10 устанавливается в пределах:

- 30 минут для дошкольников 6-7 лет.

Количество занятий в месяц – 8

Срок реализации программы 1 год.

## **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

Всестороннее развитие личности дошкольника посредством танца.

## **ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ:**

### *1. Укрепление здоровья:*

- \* Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- \* Формировать правильную осанку;
- \* Содействовать профилактике плоскостопия;
- \* Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

### *2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников.*

- \* Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;
- \* Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

- \* Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- \* Развивать ручную умелость и мелкую моторику.

### *3. Развитие творческих и созидательных способностей занимающихся:*

- \* Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- \* Формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- \* Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
- \* Развивать чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

#### **Программа рассчитана на один год обучения.**

Занятия проводятся два раза в неделю по 30 мин., количество детей в группе не превышает 12 человек.

#### **К концу года дети должны:**

- \* Знать правила безопасности при занятиях упражнениями без предметов и с предметами;
- \* Владеть навыками по различным видам передвижений по залу и приобрести определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- \* Уметь передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);
- \* Владеть основными хореографическими упражнениями по программе обучения;

#### **1. Календарный учебный график**

Продолжительность учебного года по дополнительному образованию детей:

Начало учебных занятий по дополнительному образованию детей – 01 ноября 2017

Окончание учебных занятий – 28 мая 2017

Продолжительность занятий:

Для детей 6-7 лет- 30 минут.

Реализуется по Программе дополнительного образования детей социально-педагогической направленности

Каникулы зимние: 31 декабря 2017 по 11 января 2018

Регламент образовательного процесса дополнительного образования детей:  
Понедельник – 15.00, Среда – 15.00

| Месяц/<br>Нагрузк<br>а | Октябрь            |                 | Ноябрь             |                 | Декабрь            |                 | Январь             |                 | Февраль            |                 | Март               |                 | Апрель             |                 | Май                |                 |
|------------------------|--------------------|-----------------|--------------------|-----------------|--------------------|-----------------|--------------------|-----------------|--------------------|-----------------|--------------------|-----------------|--------------------|-----------------|--------------------|-----------------|
|                        | Час/<br>недел<br>я | Час<br>/<br>мес | Час/<br>недел<br>я | Час<br>/<br>мес | Час/<br>недел<br>я | Час<br>/<br>мес | Час/<br>недел<br>я | Час<br>/<br>мес | Час/<br>недел<br>я | Час<br>/<br>мес | Час/<br>недел<br>я | Час<br>/<br>мес | Час/<br>недел<br>я | Час<br>/<br>мес | Час/<br>недел<br>я | Час<br>/<br>мес |
|                        | 1                  | 4               | 1                  | 4               | 1                  | 4               | 1                  | 2               | 1                  | 4               | 1                  | 4               | 1                  | 4               | 1                  | 4               |

Итого: 24 часа в год занятий по Программе дополнительного образования.

**СОДЕРЖАНИЕ** программы представлено разделами:

- **Раздел «Игрогимнастика»**
- **Раздел «Игропутешествие»**
- **Раздел «Музыкально-подвижные игры и импровизации»**
- **Раздел «Игроритмика»**
- **Раздел «Танцевально-ритмическая гимнастика**
- **Раздел «Игротанцы»**

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий.

**1. Раздел «Игροгимнастика»** служит основой для освоения ребенком различных видов движений. В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Упражнения на развитие групп мышц и подвижности суставов.

#### **Упражнения на развитие групп мышц и подвижности суставов.**

- Наклоны, повороты головы, круговые движения плечами;
- Сгибание кистей рук вниз, вверх, вперед, назад; круговые движения кистями; поднятие рук вверх и опускание вниз; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки);
- Наклоны корпуса, круговые движения в поясе;
- Полуприседания, разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед, в сторону;
- Вращение стопы; поднятие на полупальцы; поднятие ног носком вверх, опускание вниз, отведение вправо, влево.

*Упражнение «Слабые-сильные руки», «Пружинки» - прямая и с поворотом, Упражнение «Тик-так» - для шеи, Упражнение для плеч, корпуса, рук, ног;*

*«Экосез» Шуберта – наклоны, Комплекс упражнений для рук, , Упражнение для улучшения гибкости шеи, рук  
Комплекс упражнений «Мягкие руки».*

**2. Раздел «Игропутешествие»** включает в себе упражнения и этюды, на развитие ориентации в пространстве;

#### **Упражнения и этюды на развитие ориентации в пространстве.**

- Построение в колонну по одному, по два;
- Расход парами, четвёрками в движении и на месте;
- Построение в круг, движение по кругу;
- Положение в парах;
- Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну.

*Игра «Найди свое место», Игра «Нитка-иголка», Игра «Поезд», Построение в шеренгу, перестроение в круг, Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»).*

**3. Раздел «Музыкально-подвижные игры и импровизации»** содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

#### **Музыкальные игры и импровизации.**

*Ритмический танец «Полька-хлопушка», Танцевально-игровое упражнение «Не шали», Ритмический танец «Лавота», Танец «Приглашение», Игра «Манекены», Игра «Цапля и лягушки», Игра «Козочки и волки», Игра «Совушка», Игра «Попрыгунчики-воробышки», Игра «Водяной», Игра «Мы – веселые ребята», Комплекс игропластики, Игра «Ленточки-хвосты», Игра «Эхо»*

**4. Раздел «Игроритмика»** является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

## **Набор танцевальных элементов на материале русских и бурятских танцев.**

На материале русских танцев:

- Марш;
- Танцевальный шаг с носка;
- Шаг с пятки;
- Шаг на полупальцах;
- Приставной шаг;
- Подскоки;
- Притоп (одинарный);
- Хлопки в ладоши;
- Полуприсядка с выносом ноги вперёд и в сторону.

*Разминка под рус.нар.мел., Хороводный шаг и его виды, Хоровод «Ивушки», Упражнение с платочками, Игра «Рыбачок» - закрепление элементов рус.нар.танца (елочка, гармошечка и др.)*

На материале бурятских танцев:

- Кружение;
- Взмахи руками;
- Подскоки.
- Бег;
- Галоп;
- Широкий шаг;
- Работа плёткой.

**5. Раздел «Танцевально-ритмическая гимнастика»** представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

### **Упражнения для развития чувства ритма и двигательных способностей**

*Разминка с элементами танцев «Диско», Ритмический танец «Большая стирка», Ритмический танец «Кузнечик», Ритмический танец «Полька-хлопушка».*

**6. Раздел «Игротанцы»** направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую

радость детям. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.

### **Танцы на развитие художественно-творческих способностей**

*Танец «Снежинки», Танец «Тельняшечка», Танец «Табуреточка», Танец «Нам весело», «Танец с зонтиками», «Пляска с ложками».*



## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п | Содержание занятий  | Кол-во часов | Дата           |
|-------|---|--------------|----------------|
| 1.    | Поклон-приветствие (начало также всех последующих занятий).<br>Марш с чередованием бега на носках, образное движение «птички».<br>Упражнение «Слабые-сильные руки»<br>«Пружинки» - прямая и с поворотом<br>Танцевально-игровое упражнение «Не шали»<br>Игра «Найди свое место»  | 1            | 01.11<br>06.11 |
| 2.    | Разминка<br>Упражнение «Тик-так» - для шеи<br>Упражнение для плеч, корпуса, рук, ног<br>«Не шали» - разучивание в парах<br>Игра «Нитка-иголка»  | 1            | 08.11<br>13.11 |
| 3     | Различные виды хороводов – вспомнить<br>Приставной шаг – закрепить<br>Боковой галоп – разучивание<br>«Возвращение домой» Гречанинова – разучивание высокого шага на мягкой подушечке стопы<br>«Экосез» Шуберта – наклоны<br>«Приглашение» - отработка<br>Игра «Цапля и лягушки» | 1            | 15.11<br>20.11 |
| 4     | Комплекс упражнений для рук<br>Разминка с элементами танцев «Диско»<br>Танец «Нам весело» - разучивание<br>Игра «Манекены»  | 1            | 22.11<br>27.11 |
| 5     | Упражнение для улучшения гибкости шеи, рук<br>Комплекс упражнений «Мягкие руки»<br>Разминка «Диско»<br>Танец «Нам весело» - отработка<br>Игра «Попрыгунчики-воробьишки»   | 1            | 29.11<br>04.12 |
| 6     | Комплекс упражнений для рук.<br>Танец «Снежинки» - разучивание<br>Разминка «Диско»<br>Танец «Нам весело» - закрепление<br>Игра по желанию   | 1            | 06.12<br>11.12 |
| 7     | Комплексы упражнений для рук, корпуса<br>Танец «Снежинки» - отработка<br>Разминка под рус.нар.мел.<br>Танец по желанию<br>Игра «Козочки и волки»  | 1            | 13.12<br>18.12 |
| 8     | Закрепление всех изученных танцевальных движений<br>Повтор танцев к Новомуднему празднику<br><b>Выступление на Новогоднем празднике</b>   | 1            | 20.12<br>25.12 |
| 9     | «Поезд» - вспомнить<br>Комплекс упражнений для рук, кистей, корпуса, ног<br>Разминка под рус.нар.мел.<br>Упражнение «Пляска с ложками»<br>Танец по желанию<br>Игра по желанию   | 1            | 15.01<br>17.01 |
| 10    | Хороводный шаг и его виды – вспомнить<br>Хороводный шаг (мелкий на носочках) – разучивание<br>Комплекс упражнений для рук, кистей<br>Разминка под рус.нар.мел.<br>Хоровод «Ивушка» - разучивание отдельных движений по залу   | 1            | 22.01<br>24.01 |

|     |  |     |                         |
|-----|--|-----|-------------------------|
|     | (перестроения)<br>Игра «Совушка»   |     |                         |
| 11. | Хороводные шаги – повторять и закреплять<br>Ритмические прыжки и бег<br>Упражнение с платочками<br>Комплекс упражнений для шеи, рук, кистей<br>Хоровод «Ивушки» - разучивание 1-й, 2-й и 3-й фигур<br>Игра «Водяной»   | 1   | 29.01<br>31.01          |
| 12. | Построение в круг<br>Хороводные шаги<br>Разминка под рус.нар.мел.<br>Хоровод «Ивушки» - соединение 1-й, 2-й и 3-й фигур<br>Игра «Мы – веселые ребята»  | 1   | 05.02<br>07.02          |
| 13. | Построение в шеренгу, перестроение в круг<br>Комплекс игропластики<br>Упражнения с платочками<br>Хоровод «Ивушки» - разучивание 4-й и 5-й фигур, отработка 1-3 фигур<br>Игра «Эхо»   | 1   | 12.02<br>14.02          |
| 14. | Перестроения «Найди свое место!»<br>Хороводные шаги<br>Имитационно-образные упражнения<br>«Танец с зонтиками» - разучивание отдельных движений без предметов<br>Хоровод «Ивушки» - отработка и закрепление   | 1   | 19.02<br>21.02          |
| 15  | Закрепление всех изученных танцевальных движений<br><b>Выступление на концерте для мам и бабушек</b>   | 1,5 | 26.02<br>28.02<br>05.03 |
| 16  | Ходьба, бег, прыжки<br>Упражнения для рук<br>Упражнения с зонтиками<br>Разминка под рус.нар.мел.<br>Ритмический танец «Кузнечик»<br>«Танец с зонтиками» - разучивание основных движений с предметами<br>Игра по желанию.   | 1,5 | 12.03<br>14.03<br>19.03 |
| 17. | Построение врассыпную<br>Разминка «Диско»<br>«Танец с зонтиками» - соединение<br>Ритмический танец «Кузнечик»<br>Игра «Рыбачок» - закрепление элементов рус.нар.танца (елочка, гармошечка и др.)   | 1,5 | 21.03<br>26.03<br>28.03 |
| 18. | Построение в шеренгу и колонну.<br>Ходьба «Кошечка» и «Цапля»<br>Разминка «Диско»<br>Ритмический танец «Кузнечик»<br>Ритмический танец «Полька-хлопушка»<br>«Танец с зонтиками» - отработка и закрепление<br>Игра «Ленточки-хвосты»  | 1   | 02.04<br>04.04          |
| 19. | Передвижение шагом и бегом<br>Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»)<br>Шаг с каблучка, «моталочка», «ковырялочка»<br>Упражнение «Часики», «Карусельные лошадки»<br>Ритмический танец «Полька-хлопушка»<br>Ритмический танец «Лавота»<br>Танец «Табуреточка» - разучивание .<br>Игра по желанию. | 1   | 09.04<br>11.04          |
| 20. | Построение врассыпную<br>Комплекс упражнений для корпуса, рук<br>Танцевальные шаги, «моталочка», «ковырялочка» - повторить<br>Простой переменный шаг – разучивание<br>Ритмический танец «Большая стирка»<br>Танец «Тельняшечка» - разучивание  | 1.5 | 16.04<br>18.04<br>23.04 |

|     |  |     |                         |
|-----|--|-----|-------------------------|
|     | Танец «Табуреточка» - разучивание отработка и закрепление<br>Игра « Морские фигуры»  |     |                         |
| 21. | Построение в круг<br>Танцевальные шаги, движения – закрепить<br>Разминка под рус.нар.мел.<br>Комплексы упражнений<br>Ритмический танец по желанию<br>Танец «Тельняшечка» - отработка и закрепление<br>Танец «Табуреточка» - закрепить<br>Игра по желанию | 1.5 | 25.04<br>30.04<br>07.05 |
| 22  | Закрепление всех изученных танцевальных движений и танцев.   | 1.5 | 14.05<br>16.05<br>21.05 |
|     | <b>Выступление на празднике «Выпуск в школу»</b>   |     |                         |

### **По окончании года обучения**

#### **Учащийся должен знать:**

- ✓ Простейшие элементы музыкальной грамоты;
- ✓ Правила выполнения изученных танцевальных элементов и упражнений на развитие отдельных групп мышц;
- ✓ Основные жанры музыки.

#### **Уметь:**

- ✓ Различать темп (медленный, быстрый), характер (весёлый, грустный), динамический оттенки (тихо, громко) музыки;
- ✓ Внимательно слушать музыку;
- ✓ Ритмично двигаться в соответствии с музыкой, согласовывать движения с музыкой;
- ✓ Ориентироваться в пространстве танцевального класса (уметь строиться в колонну, круг);
- ✓ Грамотно исполнять изученные танцевальные движения, программные упражнения;
- ✓ Выполнять подражательные движения.

#### **Владеть:**

- ✓ Простейшими навыками координации движений;
- ✓ Чувством ритма;
- ✓ Навыками выразительного движения.

### **Средства, необходимые для реализации программы:**

- Музыкальный зал;
- Музыкальное сопровождение: музыкальный центр, а также фонограммы для хореографических постановок, ритмических разминок, танцевальных этюдов, игр и импровизаций;
- Коврики для партерной гимнастики;
- Форма для занятий: гимнастический купальник, балетные тапочки, (на первоначальном этапе) юбочки-для девочек; балетные тапочки, футболка и шорты-для мальчиков;
- Видеоматериалы известных хореографических коллективов и аппаратура для их просмотра.

**Контроль** производится в форме:

- Открытых занятий для родителей;
- Участие в концертах и конкурсах.

**Список литературы** представлен в конце программы.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет.-М.: Просвещение, 1984.
2. Бочкарёва Н.И. Ритмика и хореография. Учебно-методический комплекс для хореографических отделений общеобразовательных школ, гимназий ДМШ школ искусств, детских садов.-Кемерово, 2000.
3. Буренина А.И «Ритмическая мозаика» (программа , пособие по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) С.-Петербург 2000.
4. Лифиц И.В. Ритмика. Учебное пособие для студентов средних и высших педагогических учебных заведений.-М.: Академия, 1999.
5. Мошкова Е.И. Программа «Ритмика и хореография» для начальной и средней школы.-М.: Просвещение, 1997.
6. Пинаева Е.А. Ритмика и танец (примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений ДШИ).-М.: 2006.
7. Пуртова Т.В, А.Н. Беликова, О.В. Кветная , «Учите детей танцевать». М. 2004
8. Раевская Е.П., С. Д. Руднева «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду». СПб. 2005г.