

**Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Очерская детская школа искусств»**

**Дополнительная общеразвивающая программа в области  
художественно-эстетического направления  
«Танцы для малышей 3-4 года»**

**Срок реализации 1 год**

**Очёр 2024г.**

Принято  
Педагогическим советом  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»  
Протокол №1 от 29.08.2024



Утверждаю: Директор  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»  
Г.В. Артемова  
30.08.2024г.

Разработчик: Аликина Юлия Сергеевна  
Педагог дополнительного образования  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»

Рецензент: Бармина Наталья Александровна  
Заведующий учебной частью

## ОГЛАВЛЕНИЕ

| №<br>п/п                           | Наименование разделов  | Стр. |
|------------------------------------|--|------|
| <b>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>           |  |      |
| 1.                                 | Пояснительная записка  | 4    |
| 2.                                 | Содержание программы   | 6    |
| 3.                                 | Характеристики особенностей развития детей 3-4 лет                                 | 7    |
| 4.                                 | Планируемые результаты реализации программы  | 7    |
| <b>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>   |  |      |
| 1.                                 | Перечень основных форм реализации программы  | 8    |
| 2.                                 | Организация образовательного процесса  | 9    |
| 3.                                 | Перспективное планирование взаимодействия с родителями (законными представителями) | 10   |
| 4.                                 | Мониторинг результатов реализации программы  | 11   |
| <b>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b> |  |      |
| 1.                                 | Учебно-тематический план   | 12   |
| 2.                                 | Календарное планирование к образовательной программе по обучению танцам            | 12   |
| 3.                                 | Материально-техническое обеспечение  | 14   |
| 4.                                 | Список используемой литературы   | 15   |

# I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1. Пояснительная записка

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танцевальная азбука начинается с ритмических движений под музыку, и именно ритмика является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Занятия ритмикой и танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

Танец – искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей.

Танец – это физическая активность, и необходимо сделать физическую нагрузку оптимальной. При этом внимание должно быть сфокусировано на теле и развитии навыка выполнения хорошо контролируемых, сбалансированных, многообразных, пластичных движений. Энергичные движения, кроме того, способствуют развитию силы и гибкости, а также обеспечивают здоровье и нормальное развитие детского организма.

Танец – это творческий процесс. Использование творческого воображения ребят и умение придумывать и выполнять что-то оригинальное позволяет превратить танцы в самую приятную физическую активность.

Когда способность ребенка к творческому мышлению и действию оценивают не только преподаватели и родители, но и ровесники, это может привести к росту уверенности в себе и повышению самооценки.

Танцу присущи выразительность и информативность, поэтому наша цель - давать возможность детям выражать свои чувства посредством ритмических движений. Посредством движений тела выражаются самые разные чувства, например, радость – жестикуляцией рук; страх – когда все тело напрягается и резко подается назад, или чрезмерная самоуверенность – характерной манерой держать плечи и походкой, и т.д.

Танец – это искусство, развивающее артистические способности, поэтому необходимо обучать знанию и пониманию элементов движений, повышающих уровень артистичности мастерства детей. Разнообразие и контраст, применяемые как выразительные средства для передачи формы, скорости, силы, уровня и направления движений тела, являются главными элементами, обеспечивающими улучшение качества исполнения.

Танец – это средство для дружелюбного общения и совместной деятельности, и наша цель – предоставлять возможность работать индивидуально, с партнером, и в группах, исполняя различные роли. Поскольку движения в танце естественны, то успех достигается очень быстро и приводит к формированию сильного чувства «общности»: способность бескорыстно делить занимаемое пространство с другими; стремление показать себя и быть замеченными другими; а также желание получить достойную оценку – все это является типичным в обучении танцам.

Танец – это развлечение и получение удовольствия – его постоянная черта. Удовольствие от похвалы за успешное исполнение; от участия и согласованных действий вместе с другими в таком увлекательном занятии; от улучшения внешнего вида и настроения после завершения занятия. Все это может оказать существенное влияние на выбор детьми активного образа жизни в последующие годы.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 3-7 лет. Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников

При составлении программы использовались следующие программы и технологии: «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной; «Танцевальная ритмика для детей» Т.И.Суворовой; «Учите детей танцевать» Пуртовой Т. В., программа по танцевально-игровой гимнастике «Са-Фи-Дансе» авторов Фирилевой Ж.Е. и Сайкиной Е.Г.

***Возраст детей***, участвующих в реализации данной программы, ***3-4 года***.

***Срок реализации программы – 1 год. Занятия проводятся 2 раза в неделю.*** На освоение программного материала требуется ***32 рабочие недели***.

Программа разделена на отдельные тематические части. Преподаватель строит работу таким образом, чтобы не нарушить целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы развития детей.

## 2. Содержание программы

**Цель программы:** обучение детей творческому исполнению танцевальных движений и передаче образов через движения, формирование социально значимых личностных качеств и развитие творческих способностей посредством ритмики и танца

### **Задачи программы:**

- Развитие музыкальности:* развитие способности чувствовать настроение и характер музыки; развитие чувства ритма; развитие музыкальной памяти.
- Развитие двигательных качеств и умений:* развитие точности, координации движений; развитие гибкости и пластичности; формирование правильной осанки;
- Развитие умения ориентироваться в пространстве:* обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
- Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:* привитие основных навыков в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание; развитие творческого воображения и фантазии; развитие способности к импровизации;
- Развитие и тренировка психических процессов:* развитие умения выразить эмоции в мимике и пантомимике;
- Развитие восприятия, внимания, памяти;*
- Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:* воспитание таких качеств, как внимание, целеустремлённость, собранность, работоспособность, коллективизм; воспитание умения сопереживать другому; воспитание умения вести себя в группе во время движения; воспитание чувства такта.
- Укрепление здоровья детей:* укрепления иммунитета за счет физических упражнений и двигательной активности.

Программа ориентирована на детей дошкольного возраста от 3-х до 7-ми лет. В работе с дошкольниками обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения, пройденный материал подается на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

В подходе к каждой конкретной группе детей проявляется определенная гибкость, учитывается при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Ведущими педагогическими принципами в работе с детьми являются:

-Принцип доступности изучаемого материала. Предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей детей и в связи с этим – определение посильных для них заданий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка, степени сложности заданий.

-Принцип «от простого – к сложному». Заключается в постепенном усложнении изучаемого материала, в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

-Обязательным условием успешного обучения также является чередование физических нагрузок с музыкально-ритмическими играми.

-Принцип систематичности. Заключается в непрерывности и регулярности занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня знаний и умений.

-Принцип повторяемости материала. Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях вырабатывается мышечная память и тогда ребенок может больше внимания уделять эмоциям во время исполнения танца.

### **3. Характеристики особенностей развития детей**

Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. Дети этого возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе, не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений. Движения этих детей недостаточно согласованы, им трудно выполнять танцевальные композиции, но они могут стараться выполнять движения по показу. В этом возрасте нужно больше давать ритмических упражнений и игр и использовать различные образы в показе упражнений.

### **4. Планируемые результаты освоения программы**

Дошкольники знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале. Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Овладевают навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топать в такт музыки. Умеют в музыкально — подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### ***1. Перечень основных форм реализации программы Музыкальная разминка.***

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило, разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

#### ***Ритмическая гимнастика.***

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

#### ***Партнерная гимнастика.***

Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия и выполняются с использованием логоритмики.

#### ***Танцевальные движения.***

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

#### ***Сюжетно-образные танцы.***

Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются, как правило, изученные танцевальные движения.

#### ***Музыкальные игры.***

Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в



группе, игры на развитие внимания, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

## ***2. Организация образовательного процесса Структура занятий.***

### ***Вводная часть:***

построение и приветствие детей

проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

### ***Подготовительная часть занятия:***

разминка в движении: ходьба, бег, прыжки,

танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

### ***Основная часть занятия:***

партерная гимнастика

разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.

разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

### ***Заключительная часть:***

музыкальная игра

построение, поклон все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

***Формы организации образовательной деятельности детей:*** групповая, индивидуально-групповая

### ***Методы:***

объяснительно — иллюстративный (учащиеся осмысливают и запоминают информацию)

наглядный (показ педагога движений танца)

репродуктивный (дети учатся владеть приемами техники выполнения отдельных элементов танца самостоятельно) - игровой.

### ***Содержание программы:***

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика. (Мы идем в зоопарк, мы гуляем в лесу, морское путешествие, упражнения с погремушками, лентами на кольцах, флажками, султанчиками).

Партерная гимнастика (упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «норка», «замёрзли-согрелись», упражнения на растяжку мышц, упражнения для стоп – вытягивание носочков, кручение).

Танцевальные движения (ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках, различные хлопки, хороводы, танцевальные движения с атрибутами (бубны, погремушки, флажки, платочки)

Сюжетно-образные танцы (ритмические и образные танцы по показу: «Тучка», «Грибочки», «Прогулка», «Снежинки», «Гномы», «Парный танец»,

«Танец утят», «Наседка и цыплята», «Поссорились-помирились». Музыкальные игры).

Игры по ориентации в пространстве: построение в круг, построение в линию, построение в две линии, «Поезд», «Кошки-мышки», «Лягушки и цапля», «Зоопарк», «Каравай», «Пузырь», «Гуляем и пляшем».

Итоговое занятие. Выступления на различных мероприятиях перед родителями

### ***3. Перспективное планирование взаимодействия с родителями (законными представителями)***

| № п/н | Мероприятие  | Размещение                  | Сроки          |
|-------|--|-----------------------------|----------------|
| 1.    | Родительские собрания по ознакомлению родителей с работой кружка цели и задачи, форма одежды   |                             | Сентябрь Май   |
| 2.    | Распространение информационных материалов: папка - передвижка «Родительский вестник:», памятки, буклеты  | Папка-скоросшиватель        |                |
| 3.    | Оказание информационной поддержки родителям и заинтересованность в проявлении таланта детей  | Общий стенд                 | В течение года |
| 4.    | Знакомство родителей с разноплановыми хореографическими композициями, расширение представлений о хореографии, как о виде искусства и ее связи с окружающей их жизнью   | Сайт МАОУ ДО «Очёрская ДШИ» | В течение года |
| 5.    | Привлекать родителей к изготовлению костюмов к праздникам и конкурсам  | В мессенджерах групп        | В течение года |
| 6.    | Вовлечение родителями ребенка в процесс музицирования для развития ритмических способностей детей. Поощрение движений под музыку в семье (домашний концерт, оркестр) . | Мастер - класс              | В течение года |
| 7.    | Отчетный концерт кружка  | Сайт МАОУ ДО «Очёрская ДШИ» | Май            |

#### ***4. Мониторинг результатов реализации программы***

Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:

- выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы;
- оценки эффекта педагогического воздействия.

Цель диагностики – выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребёнка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики – наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе репертуара программы).

Параметры уровня музыкального и психомоторного развития воспитанников:

- Интерес и потребность в музыкальном движении
- Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности)
- Эмоциональность, выразительность исполнения
- Креативность (способность к импровизации в движении под музыку: оригинальность, разнообразие используемых движений)
- Развитие двигательных навыков:  
освоение разнообразных видов движений;  
гибкости, ловкости
- Формирование двигательных качеств:  
координации, точности, ловкости движений;  
гибкости, пластичности
- Подвижность, лабильность нервных процессов (умение переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой. Менять направление движения, перестраиваться).

Формирование правильной осанки

Формирование навыков ориентировки в пространстве

#### ***Шкала оценки детей (3-х бальная):***

Высокий уровень (3 балла) - движения выражают музыкальный образ и совпадают с фразами;

Средний уровень (2 балла) - передают только общий характер, темп и метроритм;

Низкий уровень (1 балл) – движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы на начало и конец звучания, а также на счёт и показ взрослого.

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 1. Учебно-тематический план.

Программа имеет концентрический принцип построения. Каждая новая ступень вбирает в себя основное содержание предыдущих, раскрывая его на новом уровне сложности.

Дополнительная общеразвивающая программа по обучению танцам разделена по возрастам и рассчитана на четыре года обучения в соответствии с возрастными группами детей:

Младшая группа – дети 3-4 лет, занятия 2 раза в неделю, 2 урока по 20 мин.

| № п/п | Название темы                                  |
|-------|--|
| 1.    | Вводное занятие                                |
| 2.    | Азбука музыкально-ритмических движений         |
| 3.    | Играя, танцуем                                 |
| 4.    | Спорт и танец                                  |
| 5.    | Пластика в танце                               |
| 6.    | Выражаем образ в танце                         |
| 7.    | Танцы, игры, упражнения для красивого движения |
| 8.    | Игровое танцевальное творчество                |
| 9.    | Ритмические фантазии                           |
| 10.   | Сюжетные занятия (игры-путешествия)            |
|       | Итого:   |

#### 2. Календарно – тематическое планирование к образовательной программе

| Октябрь - Ноябрь      |  |
|-----------------------|--|
| Танцевальная разминка | «Мы идем в зоопарк»<br>-Простой шаг в разном темпе и характере (спокойный — гуляем, четкий- маршируем, мягкий — как у лисички, у кошечки).<br>-На носочках -На пяточках<br>-Со скошенной стопой. |

|                        |   |
|------------------------|---|
|                        | Упражнения с погремушками, флажками.  |
| Партерная гимнастика   | Вытягивание носочков, кручение; упражнения для развития гибкости: «замёрзли - согрелись», «бабочка»                             |
| Танцевальные движения  | Ходьба и бег в сочетании:<br>-мягкий шаг и легкий бег (кошка и мышка); шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки, хороводы |
| Сюжетно-образные танцы | Ритмические и образные танцы по показу «Тучка», «Прогулка»  |
| Музыкальные игры       | Построение в линию, «Поезд», «Листики», «Каравай»   |

#### Декабрь – Январь – Февраль

|                        |  |
|------------------------|--|
| Танцевальная разминка  | «Мы гуляем в лесу». Бег и прыжки в сочетании: по принципу контраста (тихо- громко, быстро- медленно). Упражнения на середине зала.                         |
| Партерная гимнастика   | Вытягивание носочков, сокращение стопы; упражнения для развития гибкости: «Норка», «дельфин», «бабочка», «складочка».                                      |
| Танцевальные движения  | Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; шаги на полупальцах и пятках; различные хлопки; хороводы; танцевальные движения с погремушками, платочками |
| Сюжетно-образные танцы | Пройденный танцы и новый танцы по показу: «Парный танец», «Снежинки», «Гномы»  |
| Музыкальные игры       | Пройденные по желанию и новые - построение в круг, «Гуляем- пляшем», «Пузырь», «Кошки- мышки».   |

#### Март – Апрель - Май

|                       |  |
|-----------------------|--|
| Танцевальная разминка | «Морское путешествие»<br>Упражнения с погремушками, лентами на кольцах, флажками, султанчиками |
|-----------------------|--|

|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| Партерная гимнастика                 | Упражнения для стоп; упражнения для развития гибкости: «брёвнышко», «складочка», «бабочка», «лодочка», «колечко» |
| Танцевальные движения                | Ходьба: приставной шаг в разном темпе ; различные хлопки; хороводы; танцевальные движения с бубнами, флажками    |
| Сюжетно образные танцы               | Пройденные танцы и новые танцы по показу: «Поссорились - помирились», «Танец утят», «Наседка и цыплята»          |
| Музыкальные игры                     | Пройденные по желанию и новые - «Кошки- мышки», «Лягушки и цапля».   |
| Выступление на открытых мероприятиях | Сценарий по пройденному материалу  |

### 3. Материально-техническое обеспечение

Занятия могут проводиться как в музыкальном зале, так и в групповых помещениях. Помещение должно быть проветрено, хорошо освещено.

Материал:

- музыкальный центр (MP-3 проигрыватель)
- компакт-диски, съемные цифровые носители (флеш-карта) с аудиозаписями;
- декорации (для проведения сюжетных занятий);
- костюмы;
- отличительные знаки, эмблемы, жетоны;
- грамоты, значки, медали (для подведения итогов занятий и награждения);
- атрибуты: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, платочки, шарфики, косынки.

#### 4. Список литературы

1. Ваганова, А.Я. Основы классического танца. Л., Искусство , 1980.
  2. Зарецкая Н. В. Танцы для детей младшего дошкольного возраста - «Айрис-Пресс» 2007.
  3. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста. 2-е изд., СПб, ЛОИРО, 2007.
  4. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду - М., ЛинкаПресс. 2006.
  5. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство- пресс, 2001.
  6. Федорова Г. Танцы для детей, Санкт-Петербург: Детство-пресс, 2000.
- Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М.: издательский дом «Дрофа».