

Государственное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад №3 Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №3
Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025

УТВЕРЖДЕНА
Заведующим
ГБДОУ детский сад №3
Приморского района
Санкт-Петербурга
Приказ № 146- от 29.08.2025
_____ Т.Н. Барт

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ДЕТСКАЯ ХОРЕОГРАФИЯ»

Срок освоения программы - 1 год

Возраст обучающихся: с 4 до 5 лет

Разработчик программы:

Соколова Е.С.

Пояснительная записка

Структурный элемент пояснительной записки	Описание, комментарии
Направленность программы	<p>Программа «Детская хореография» имеет художественную направленность, и направлена на развитие творческих способностей детей через развитие музыкально - ритмических и хореографических движений, воспитание гармоничной, творческой личности.</p>
Актуальность	<p>В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям.</p> <p>Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.</p> <p>Необходимо развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. 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.</p> <p>Учитывая влияние занятий хореографии на детский организм и имея все необходимые условия для проведения занятий по указанному направлению, мы реализуем данную программу в дошкольном учреждении.</p>
Адресат программы	Обучающиеся дошкольники в возрасте от 4 до 5 лет.

Уровень освоения	Общекультурный
Срок освоения программы	Программа рассчитана на один год обучения.
Отличительные особенности программы	<p>Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой материал, которые используются на всех занятиях.</p> <p>Содержание материала постепенно усложняется.</p> <p>Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей.</p> <p>Программа направлена на обучение детей умению танцевать красиво, двигаться в свободной непринуждённой манере и владеть ритмопластикой танца, а также решение оздоровительных задач.</p>
Цель и задачи	<p>Цель программы – формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально - ритмических и танцевальных движений.</p> <p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приобщение к танцевальному искусству, расширение знаний о танцах; - побуждение к импровизации под музыку, сочинению собственных композиций из знакомых движений, придумыванию своих оригинальных движений в импровизации; - формирование навыков основных танцевальных движений; - развитие чувства ритма, темпа, координации и свободы движений. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствование психомоторных способностей детей (развитие ловкости, точности, силовых и координационных способностей; развитие равновесия, силы, укрепление мышечного аппарата); - развитие мелкой моторики, памяти, внимания, воображения; - развитие музыкальных способностей (развитие чувства ритма, умение слушать музыку); - развитие координации и укрепления опорно-двигательного аппарата.

	<p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание у детей интереса к танцевальному искусству; - воспитание умения вести себя в группе во время движения, танцев и игр, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми; - воспитание, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.
Планируемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> - Заинтересованность ребенка в танцевально-ритмической деятельности - Развитие ритмического слуха - Развитие артистичности и творчества в танце - Соответствие движений, характеру музыки с контрастными частями
Язык обучения	Русский
Формы обучения	Очная
Особенности реализации образовательного процесса	Занятия проводятся только групповые. Количество детей в группе 7-12 человек
Условия набора и формирования групп	Принимаются воспитанники вот 4 до 5 лет без специального отбора, по заявлению родителей (законных представителей).
Формы организации и проведения занятий	Занятия проводятся в групповой форме 2 раза в неделю.
Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов	<p>Достижение планируемых результатов происходит в процессе анализа выполнения упражнений, беседы с детьми.</p> <p>Способы фиксации результатов – открытые занятия.</p>
Форма подведения итогов	<p>Видеоматериалы с занятий</p> <p>Праздники и досуги в детском саду</p> <p>Открытые занятия для родителей</p>
Материально-техническое обеспечение	Реализация программы предполагает работу в просторном помещении, с хорошей вентиляцией и освещением, возможностью использовать звуковоспроизводящую технику (музыкальный центр).
Информационное обеспечение	Аудио, фото, интернет источники, научная, специальная, методическая литература.

Кадровое обеспечение	В реализации программы занят квалифицированный педагог дополнительного образования – Соколова Евгения Сергеевна.
----------------------	--

Учебный план реализации дополнительной программы «Детская хореография» в первый год обучения (4-5 года)

№	Название раздела	Кол-во часов		
		Всего	Практика	Теория
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	20	16	4
3.	Партерная гимнастика	20	16	4
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы	20	15	4
5.	Итоговое занятие	1	1	-
Итого:		62	49,5	12,5
Форма контроля - открытое занятие для родителей (в конце обучения по программе).				

Календарный учебный график реализации дополнительной общеразвивающей программы «Детская хореография» на 2025-2026 учебный год

Группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
Средняя	15.10.2025	31.05.2026	31	62	62	Среда, Четверг 20 минут

1 год обучения (4-5 лет):

- знают о назначении отдельных упражнений хореографии;
- желают двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ;
- умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- умеют ставить ногу на носок и на пятку;

Рабочая программа:

Методы и приемы работы:

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, б активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Алгоритм организации совместной деятельности:

Структура занятий состоит из 4 частей: вводная, подготовительная, основная, заключительная.

Вводная часть

1. Построение (линия, круг, шахматный порядок).
2. Приветствие детей (поклон для мальчиков и девочек).
3. Проверка правильности осанки (живот подтянут, плечи развёрнуты, голова прямо).

Подготовительная часть

1. Разминка в движении: ходьба, бег, прыжки.
2. Ритмическая гимнастика (танцевальная разминка с предметами или без).

Основная часть

1. Партерная гимнастика.

2. Разучивание новых танцевальных движений композиций, повторение освоенных.

3. Разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение освоенных.

Заключительная часть

1. Музыкальная игра.

2. Построение, поклон.

Календарно-тематическое планирование на год обучения (4-5 лет)

№	Тема	Задачи	Кол-во часов	Всего
Октябрь				
1.	«Давайте познакомимся!»	Знакомство с детьми. Что такое танец? Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	1	
2.	«Что такое танец?»	Дать детям элементарное представление о танце. Основные элементы танца.	1	
3.	«Азбука танца»	Приобретение правильной осанки и положение головы, рук и ног. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	1	
4.	Танцевальные шаги	Пробудить интерес к занятиям. Изучение танцевального шага с носка, переменный шаг, шаг на носок.	1	

5.	Общеразвивающие упражнения «Цветные флажки»	Формирование правильного исполнения танцевального движения, шага. Разминка с флажками. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танцевальные шаги с носка. Приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, в круг.	1	
6.	Танцевальные движения с цветами	Формирование правильно ориентироваться в пространстве. Упражнения для пластики рук. Пскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук. Построение круга из шеренги.	1	
Ноябрь				
7.	Музыкальные игры: «Ладушки»	Обучение перестраиваться из одного рисунка в другой. Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре.	1	8
8.	Хоровод «Красный сарафан»	Учить детей русскому хороводному плавному шагу. Развивать способность ориентироваться в пространстве. Совершенствовать навык легкого пскока, бокового галопа, ориентировке в пространстве.	1	
9.	Коллективно-порядковые упражнения	Разогревание первоначальные навыки координации движений. Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота».	2	
10.	Хоровод «Капустка»	Знакомить с «рисунком» танца: движение по линии танца, против линии, «завивать и развивать капустку», сужать и расширять круг, «резвые ножки».	2	

11.	«Вместе весело шагать»	Совершенствовать исполнения детьми «высокого шага». Воспринимать и передавать в движении темп и характер музыки. Развивать чувство ритма, активизировать внимание детей.	2	
Декабрь				
12	Знакомство с эстрадным танцем «Гномики»	Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный, быстрый, умеренный). Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса.	1	
13	Положение в паре	Совершенствование в исполнении выученных движений. Разучивание основных элементов эстрадного танца в паре.	1	
14	Рисунок танца	Научить детей перестраиваться из одного рисунка в другой. «Круг», шахматный порядок, «птичка», «колонна».	2	
15	Танцуем все!»	Умение правильно ориентироваться в пространстве. Совершенствование в исполнении выученных движений. Показ танца родителям.	2	
16	Коллективно – порядковые упражнения: «Вкруг»	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.	2	
Январь				

17	Знакомство с русским народным танцем	Знакомство с движениями народного танца. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.	1	
18	Элементы русской пляски	Обучение детей русским танцевальным движениям. «Елочка», «гармошка», присядки, выпады, «ковырялочки», выстукивание, хлопки.	2	
19	Музыкальные игры: «Кукла и мишка», «Коршун и цыплята»	Формирование умение ориентироваться в пространстве. Образные игры. Перестроение из круга в колонну и обратно. Шаг польки. Ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга в рассыпную и обратно, подскоки.	1	
20	Изучение элементов русского танца	Совершенствование координацию движений, навык ориентирование в пространстве. Основные движения для мальчиков: «присядки», «хлопки», «притопы». Основные элементы танца: «веревочка», «молоточек», «припадание».	2	
21	Русский шуточный танец «Полянка»	Развитие ритмопластики движений детей под музыку. Воспитывать выдержку, начинать движения в соответствии с динамическими оттенками в музыке. Передавать задорный характер музыки. Работать над выразительностью движения рук. Предложить детям импровизировать, придумывая свою	2	

		композицию русской пляски, используя знакомые движения.		
Февраль				
22	Знакомство с русским народным танцем «Калинка»	Обучение двигаться синхронно, соблюдать дистанцию. Разучивание выученных движений с рисунком танца.	2	8
23	Постановка танца.	Совершенствование в исполнении выученных движений. Работа над техникой исполнения.	2	
24	Коллективно – порядковые упражнения: «В круг»	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.	2	
25	Коллективно – порядковые упражнения: «Зверята»	Дать представление передавать заданный образ. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.	2	
Март				
26	«Танцуем все!»	Совершенствование находить свое место в строю и входить в зал организованно. Совершенствование в исполнении выученных движений. Показ танца родителям.	1	8
27	Коллективно- порядковые упражнения: «Часики», «Мячики»	Совершенствование передавать заданный образ. Развитие чувства ритма. Разминка с мячами. Упражнение с мячами. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.	1	

		Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.		
28	Танцевальные элементы	Повышение гибкость суставов. «Змейка», «чак-чак», «чек», «рука в руке», галоп, па балансе, па шаги, па польки.	2	
29	Музыкальные игры: «Займи домик»	Усвоение самостоятельно начинать движения после выступления. Образные игры. Перестроение из кругав «птичку» и обратно. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой.	2	
30	Словесно-двигательная игра «Все игрушки любят смех»	Развивать навык синхронного выполнения движений в одном темпе. Передавать в движении содержание текста песни, характерные особенности игрового образа животных.	2	
Апрель				
31	Коллективно-порядковые упражнения: «Чайник», «Машинки»	Повороты в стороны, наклоны в сторону, вперед и назад. Подъем и опускание рук, плеч, поднимание и опускание руки вместе.	1	8
32	Танцевальные элементы: «Полоскать платочки», «Хозяюшки»	Шаг с ударом, кружение. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой, прямой галоп, пружинка, подскоки.	1	
33	Музыкальные игры: «Ловушка»	Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ. Образные игры. Перестроение из кругав шахматный порядок и обратно. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой,	1	

		прямой галоп, пружинка, подскоки.		
34	Общеразвивающие упражнения с предметами	Упражнение на укрепление мышц спины, ног, рук, корпуса с мячами.	1	
35	Знакомство с танцем «Вечный двигатель»	Формировать коммуникативные навыки, умение быстро находить себе пару, ориентироваться в зале. Познакомить с рисунком танца. Разобрать основные движения. Формировать умение вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песни в движениях.	1	
36	Изучение элементов эстрадного танца «Вечный двигатель»	Поощрять стремление к импровизации. Развивать умение вслушиваться в музыку, танцевать в характере музыки, используя изобразительные движения.	2	
Май				
37	Партерная гимнастика на полу	Умение самостоятельно различать темповые исполнения в музыке, отвечать на них движением. «Лягушка», «Свечи», «качели», «пароход», «велосипед».	2	8
38	Партерная гимнастика на полу по парам	Улучшение эластичности мышц и связок. «Тик-так», «мячик», «змейка».	2	
39	Игры, этюды, танцы по выбору детей	Поддерживать желание детей играть в музыкальные игры, исполнять знакомые танцы. Предложить детям устроить концерт.	2	
40	«Танцевальная шкатулка»	Формирование правильную осанку Повышение гибкости суставов. Повторение пройденных тем.	1	
41	Мини концерт: «До встречи!»	Обучение детей танцевальным движениям. Костюмированное представление пройденных танцевальных номеров.	1	
Итого:			62	

Условия реализации программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Детская хореография» может быть эффективно реализована при взаимодействии следующих факторов.

Методическое обеспечение:

— научная, специальная, методическая литература (см. список литературы);

Кадровое обеспечение:

— педагог дополнительного образования.

Материально – техническое оснащение:

— детские музыкальные инструменты: трещотки, палочки, металлофоны, бубны, гармошки, свистульки и др.;

— разнообразная атрибутика - платочки, платки, кокошники, шляпы;

— резиновые мячи среднего размера – по количеству детей;

— обручи малого диаметра – по количеству детей;

— костюмы для выступлений, атрибуты;

— образные предметы для танца (листья, снежинки, цветы и др.) – по количеству детей.

Музыкально-технические средства:

— записи музыкальных произведений;

— аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр, ноутбук – 1 шт.

Взаимодействие с родителями

Цель: объединение интересов педагога и родителей по развитию художественного творчества детей дошкольного возраста, ознакомление родителей с результатами работы, достижениями детей. Привлечение родителей расширяет круг общения, повышает мотивацию и интерес детей.

План мероприятий по взаимодействию с родителями

№	Мероприятие	Сроки реализации
1.	Организационное собрание с родителями детей, желающих посещать ДПО « Детская хореография»	сентябрь
2.	Индивидуальные беседы с родителями об особенностях обучения по программе	сентябрь
3.	Консультация для родителей на тему: «Зачем ребенку уметь танцевать»	ноябрь
4.	День открытых дверей (занятие с участием родителей)	декабрь
5.	Индивидуальные беседы об успехах и трудностях, возникающих у детей в процессе занятий	январь
6.	Индивидуальные консультации с родителями по вопросам: ритмика и основы хореографии, правила поведения во время занятий	в течение срока обучения
8.	Итоговое открытое занятие. Родительское собрание по итогам обучения по программе «Детская хореография»»	май

Список литературы

Литература для педагогов:

1. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе. – Изд. 2-е, перераб., доп. – Челябинск, 2013 г.
2. 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 г.
3. Галянт И.Г. Музыкальное развитие детей 2-7 лет: метод. Пособие для специалистов ДОО / И.Г. Галянт. – М.: Просвещение, 2013 г.
4. Калинина О.Н. Дополнительная парциальная программа по хореографии для детей раннего и дошкольного возраста (1,5 – 6(7) лет) «Прекрасный мир танца». – Х.: Вировець А.П. «Апостроф», 2012 г.
5. Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. – М.: Издательство МГИК. 1994 г.
6. Якобсон С.Г., Гризик Т. И., Доронова Т. Н. и др.; науч. рук. СоловьеваЕ.В. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «Радуга». - 2-е изд. Перераб. – М.: Просвещение, 2016 г.

Литература для детей:

1. Энциклопедия. Всё обо всём. Музыка и танец. СПб: Изд-во: Астрель, 2007 г.

Литература для родителей:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000 г.
2. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на –Дону «Феникс» 2003 г.
3. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004 г.
4. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998 г.