

**Отдел образования администрации Торопецкого муниципального округа Тверской области**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Торопецкий детский сад «Жемчужинка»**

Принята на заседании педагогического  
совета  
Протокол № 5 от 27.05.2025 года

«Утверждаю»:  
Заведующий МБДОУ Торопецкий детский сад «Жемчужинка»  
Г.В.Сергеева  
Приказ № 72а от 27.05.2025 года



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности «Непоседы»**

Уровень: базовая

Возраст воспитанников: 6-7 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: Иванова Наталья Васильевна,  
педагог дополнительного образования

г. Торопец  
2025г

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

#### **Введение**

Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. 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. Необходимо продолжать 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. Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмических движений 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 дошкольного возраста. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Для этого была создана дополнительная общеобразовательная обще-развивающая программа «Непоседы».

### **Нормативно-правовое обоснование разработки программы**

Программа дошкольного образовательного учреждения разработана в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным законом РФ от 24.07.1998г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

- Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р);

- Распоряжением Правительства РФ на 31.04.2022г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030г. и плана мероприятий по ее реализации»;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31.03.2022г. № 678-р;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019г. № 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»;

- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.03.2020г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных

программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685» (разд. VI. «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»)

- Уставом МБДОУ Торопецкий детский сад «Жемчужинка»;

- Программой воспитания МБДОУ Торопецкий детский сад «Жемчужинка».

**Направленность** – художественная.

**Актуальность** данной Программы заключается в том, что она составлена с учетом современных требований. Определяется запросами родителей и потребностью детей в самореализации и проявления индивидуальности в творчестве.

**Отличительная особенность программы**

Программа строится на определенных принципах:

-Принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

- Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

- Принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику кружка.)

-Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

- Принцип гуманности в воспитательной работе выражает: безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

-Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

-Принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок.)

-Принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий.)

- Игровой принцип (занятие строится на игре.) Игра не только как средства разрядки и отдыха, а необходимость пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

- Принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков.)

**Новизна** настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм. В последние годы возросла потребность в эффективных методах воспитания и образования детей дошкольного возраста. Данная Программа предусматривает увлекательную игровую форму занятий и обеспечивает возможность индивидуального подхода к каждому ребенку.

### **Адресат**

Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Непоседы» предназначено для детей подготовительного дошкольного возраста от 6 до 7 лет, и учитывает психолого-возрастные особенности обучающихся в соответствии с СанПиН.

### **Условия набора детей в объединение**

Наличие ритмического слуха

### **Срок освоения программы**

Срок реализации дополнительной общеразвивающей программы

Реализация программного содержания дополнительной общеразвивающей программы «Непоседы» рассчитана на один учебный год.

### **Форма и режим занятий**

Процесс реализации программного содержания «Непоседы» осуществляется в соответствии с календарным графиком организации образовательного процесса ДОУ.

Форма занятий: групповая.

### **Организация режима занятий**

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Продолжительность занятия 30 мин.

Четверг 16.10-16.40.

### **Формы и методы реализации программы.**

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы.

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений. Это дает возможность подбирать для работы с детьми разнообразный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

### **Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;
- обогащение слушательского опыта – включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков («Детский альбом» П.Чайковского, «Бирюльки» М. Майкапара);
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое-грустное, шаловливое-спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3 частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;
- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выразить это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

### **Развитие двигательных качеств и умений**

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

***Основные:***

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («Бабочки», «Птички», «Ручейки» и т.д.), широкий («Волк»), острый (бежим по «горячему песку»);

- прыжковые движения – на двух ногах на месте, продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки;

*общеразвивающие упражнения* на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;

*имитационные движения разнообразные* образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения.

*плясовые движения* – элементы народных плясок, доступных по координации.

**Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, строится в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

**Развитие творческих способностей:**

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;

- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

### **Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой – развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи – в умении выразить свое восприятие в движениях, а также рисунках, в словесном описании.

### **Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта;
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель:** содействие углублению и дифференциации восприятия музыки (выделению средств выразительности, формы), её образов и формированию на этой основе навыков выразительного движения.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- развивать умение воспринимать музыкальные образы и выражать их в движениях.

- формировать умение согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;

#### **Развивающие:**

- развивать основы музыкальной культуры;

- развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма, музыкальную память);

- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении;

- развивать творческие способности в области искусства танца: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.

#### **воспитательные:**

- воспитывать интерес и любовь к музыке,

- воспитывать культуру сценического поведения

- воспитывать культуру поведения в коллективе

- воспитание чувства ответственности и самостоятельности;

- воспитывать и развивать общие способности ребенка: коммуникативные, познавательные, регуляторные;

- воспитывать эмоциональную отзывчивость (сочувствие, сопереживание и т.д.);

### **1.3. Содержание программы**

#### **Учебный план**

№ п/п	Названия, разделы, темы	кол – во часов			Форма промежуточного контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	1		текущий
2	Виды ходьбы	1	1		текущий

3	Виды ходьбы	1	0,2	0,8	текущий
4	Виды ходьбы	1	0,2	0,8	текущий
5	Виды бега	1		1	текущий
6	Виды бега	1	0,2	0,8	текущий
7	Дыхательные упражнения	1	0,2	0,8	текущий
8	Дыхательные упражнения	1	0,1	0,9	текущий
9	Прыжки	1	0,2	0,8	текущий
10	Прыжки	1	0,1	0,9	текущий
11	Упражнения на гибкость	1	0,2	0,8	текущий
12	Упражнения на гибкость	1	0,2	0,8	текущий
13	Упражнения на гибкость	1	0,2	0,8	текущий
14	Упражнения на координацию	1	0,2	0,8	текущий
15	Упражнения на координацию	1		1	текущий
16	Упражнения для мышц спины, живота	1	0,1	0,9	текущий
17	Упражнения для мышц спины, живота	1	0,3	0,7	текущий
18	Упражнения для осанки	1	0,1	0,9	текущий

19	Упражнения для осанки	1		1	текущий
20	Упражнения на равновесие	1	0,3	0,7	текущий
21	Упражнения на равновесие	1	0,2	0,8	текущий
22	Упражнения на равновесие	1	0,3	0,7	текущий
23	Ритмичный танец с султанчиками «Ламбада»	1	0,1	0,9	текущий
24	Ритмический танец «Летка-енка»	1		1	текущий
25	Ритмический танец «Летка-енка»	1	0,1	0,9	текущий
26	Ритмический танец «Ежик»	1	0,2	0,8	текущий
27	Ритмический танец «Яблочко»	1		1	текущий
28	Ритмический танец «Русский»	1	0,3	0,7	текущий
29	Ритмический танец «Русский»	1	0,2	0,8	текущий
30	Ритмический танец «Антошка»	1	0,2	0,8	текущий
31	Ритмический танец «Чунга-чанга»	1		1	текущий
32	Игры малой подвижности	1	0,2	0,8	текущий
33	Игры малой подвижности	1	0,3	0,7	текущий

34	Игры с предметами	1	0,3	0,7	текущий
35	Игры с музыкальным сопровождением	1		1	текущий
36	итоговое обобщающие занятие	1	1		итоговый
	Итого:	36	8,3	27,7	

### **Содержание учебного плана:**

#### **Тема 1 Вводное занятие (1 час)**

**Теория:** Знакомство с детьми. Знакомство с правилами поведения на занятиях. Дисциплина на занятиях, знакомство детей друг с другом.

#### **Тема 2 Виды ходьбы (1 час)**

**Теория:** Правила выполнения ходьбы на носочках, на пятках, ходьбы «одна нога на пятке, другая на носке». (0,2)

**Практика:** Ходьба на носочках, руки на поясе. Ходьба на носках, руки вверх. Ходьба на пятках, руки согнуты в локтях. Ходьба на пятках спиной вперед. Ходьба одна нога на пятке, другая на носке. (0,8)

#### **Тема 3 Виды ходьбы (1 час)**

**Теория:** Правила ходьбы «пауки», «обезьянки», «раки», «слоники». (0,2)

**Практика:** Ходьба «пауки» (животом вверх), передвигаться ногами вперед. Ходьба «обезьянки» (руки и ноги согнуты), передвигаться быстро на каждый шаг. Ходьба с упражнениями для рук: руки вперед, руки вверх, руки в стороны, сжимая пальцы в кулак. Ходьба приставляя пятку одной ноги к пальцам другой. Ходьба «раки» (ходьба на четвереньках – И.п.: сидя на полу, руки сбоку на ладонях. 1-перенести туловище к ступням ног; 2- и.п.). Ходьба «Слоники» (ноги и руки прямые – высокие четвереньки). (0,8)

#### **Тема 4 Виды ходьбы (1 час)**

**Теория:** Правила выполнения ходьбы с упражнениями для рук, по веревке. (0,2)

**Практика:** Ходьба в полуприседе, руки вперед. Ходьба в полном приседе. Ходьба по веревке прямо. (0,8)

#### **Тема 5 . Виды бега (1 час)**

**Практика:** Боковой галоп правым и левым боком. Легкий бег (2-3 круга). Быстрый бег (2-3 круга). Бег с сильным сгибанием ног сзади. Бег, вынося ноги вперед. Бег с заданием (педагог поднимает бубен вверх, и дети должны во время бега подпрыгнуть и достать рукой до бубна 2-3 раза).. (1 час)

### **Тема 6. Виды бега (1 час)**

**Теория:** Правила выполнения упражнений: подскоки, боковой галоп, легкий бег, быстрый бег, бег поднимая ноги вперед, бег с выносом прямых ног вперед, бег со сменой направления движения по сигналу.(0,2)

**Практика:** Бег с заданием: с разбега подпрыгнуть вверх и достать рукой в прыжке до бубна, который держит в руках воспитатель, продолжать бежать(2-3раза). Бег поднимая ноги вперед. Бег, меняя направление движения по сигналу воспитателя. Бег с выносом прямых ног вперед. (0,8)

### **Тема 7 Дыхательные упражнения. (1 час)**

**Теория:** Правила выполнения дыхательных упражнений – «Учимся дышать носиком»; ротовое и носовое дыхание, дыхательно-речевые упражнения. (0,2)

**Практика:** вдох и выдох через нос. Вдох через нос –выдох через рот. Речевое дыхание (короткий вдох через нос, и длительный направленный выдох через рот). (0,8)

### **Тема 8. Дыхательные упражнения (1 час)**

**Теория:** Правила дифференциации ротового и носового дыхания. (0,1)

**Практика:** Короткий вдох через нос, продолжительный выдох через рот. (0,9)

### **Тема 9 . Прыжки (1 час)**

**Теория:** Правила выполнения прыжков на двух ногах, на одной ноге, через обручи. (0,2)

**Практика** Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед. Прыжки через обручи на двух ногах. (0,8)

### **Тема 10 . Прыжки (1 час)**

**Теория:** Правила выполнения прыжков на двух ногах, на одной ноге, через обручи.(0,1)

**Практика:** Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед. Прыжки через обручи на двух ногах. (0,9)

### **Тема 11 Упражнения на гибкость (1 час)**

**Теория:** Правила выполнения упражнений - «Качалочка» на гибкость – для мышц спины, ног; (0,2)

**Практика:** Упражнения лежа на спине (0,8)

### **Тема 12 Упражнения на гибкость» (1 час)**

**Теория:** «Катание на морском коньке» на гибкость – для мышц живота, ног; «Растяжка ног» на гибкость – для мышц спины, ног; (0,2)

**Практика:** Покачивание на спине вперед назад. (0,8)

### **Тема 13 Упражнения на гибкость» (1 час)**

**Теория:** «Колобок» – для мышц шеи, спины, живота, гибкости; «Достань мяч» – для мышц ног, спины, гибкости.(0,2)

**Практика:** Упражнения сидя. (0,8)

### **Тема 14 Упражнения на координацию (1 час)**

**Теория:** Правила выполнения упражнений для мышц ног и координации «Цапля», (0,2)

**Практика:** Упражнения стоя на одной ноге, согнув другую ногу в колене, руки чуть в стороны, и постоит так немножко. (0,8)

### **Тема 15 (1 час)**

**Теория:** Правила выполнения упражнений для мышц ног и координации «Ловкий чертенок». (0,2)

**Практика:** Упражнения сидя, скрестив ноги. (0,8)

### **Тема 16 «Упражнения для мышц спины, живота»(1 час)**

**Теория:** Правила выполнения упражнений - «Стойкий оловянный солдатик» – для мышц спины, живота, ног. «Карусель» – для мышц рук, ног, ягодиц; координации. «Маленький мостик» – для мышц рук, живота, ног; гибкости. «Паровозик» – для мышц спины, ног, ягодиц. «Лодочка» – мышц живота, спины, ног, рук; гибкости. (0,1)

**Практика:** Упражнения стоя на коленях. Наклоны назад – прямо. Упражнения сидя на полу, прямые ноги вверх. Упражнения с опорой руками о пол. Упражнения лежа на спине. (0,9)

### **Тема 17 «Упражнения для мышц спины, живота» (1 час)**

**Теория:** «Насос» – для мышц ног, спины; гибкости. «Ракета» – для мышц рук, спины, живота, ног; координации. «Экскаватор» – для мышц спины, живота, ног; гибкости. «Крокодил» – для мышц рук, спины, ног. «Гусеница» – для мышц рук, ног. (0,3)

**Практика:** Упражнения сидя, ноги слегка согнуты в коленях, а руки в локтях. Упражнения лежа на животе, руки и ноги немного разведены в стороны. Упражнения лежа на спине, плавно поднимая ноги вверх. Упражнения на четвереньках. (0,7).

### **Тема 18. «Упражнения для осанки»(1 час)**

**Теория:** Правила выполнения упражнений для осанки «Ах, ладошки, вы, ладошки!». (0,1)

**Практика:** Упражнения стоя, руки за спину, ладони соединены. Встряхивание кистями рук. (0,9)

### **Тема 19. «Упражнения для осанки» (1 час)**

**Практика:** Упражнения стоя, руки за спину, ладони соединены. Встряхивание кистями рук. (1 час)

**Тема 20 Упражнения на равновесие  
(1 час)**

**Теория:** Правила выполнения ходьбы на носочках. (0,3)

**Практика:** Ходьба на носочках, руки на поясе. (0,7)

**Тема 21 Упражнения на равновесие  
(1 час)**

**Теория:** Правила ходьбы по веревке. (0,2)

**Практика:** Ходьба по веревке, приставляя пятку к одной ноге к пальцам другой. (0,8)

**Тема 22 Упражнения на равновесие(1 час)**

**Теория:** Правила выполнения ходьбы на носочках, ходьбы по веревке. (0,3)

**Практика:** Ходьба на носочках, руки на поясе. Ходьба по веревке, приставляя пятку к одной ноге к пальцам другой. (0,7)

**Тема 23 «Ритмичный танец с султанчиками «Ламбада»(1 час)**

**Теория:** Правила исполнения танцевальных шагов ритмического танца с султанчиками «Ламбада». (0,1)

**Практика:** Каждое упражнение выполняется по 4 раза.(0,9)

**Тема 24 «Ритмический танец «Летка-енка» (1час)**

**Практика:** Упражнения выполняются по четыре раза (1 час)

**Тема 25 Ритмический танец «Летка-енка» (1 час)**

**Теория:** Правила исполнения танцевальных шагов ритмического танца «Летка-енка». (0,1)

**Практика:** Упражнения выполняются по четыре раза (0,9)

**Тема 26 Ритмический танец «Ежик» (1 час)**

**Теория:** Правила исполнения танцевальных шагов ритмического танца «Ежик» (0,2)

**Практика:** Движения согласно тексту. (0,8)

**Тема 27 Ритмический танец «Яблочко» (1 час)**

**Практика:** Движения в шахматном порядке согласно тексту (1 час)

**Тема 28 «Ритмический танец «Русский». (1 час)**

**Теория:** Правила исполнения танцевальных шагов ритмического танца «Русский». (0,3)

**Практика:** Стоя, руки на поясе. Полуприседание с подъемом локтей поочередно. Повороты вокруг себя на месте с притопами. «Ковырялочка». «Молоточки». «Карусель». (0,7)

### **Тема 29 «Ритмический танец «Русский». (1 час)**

**Теория:** Правила исполнения танцевальных шагов ритмического танца «Русский». (0,2)

**Практика:** Полуприседание с подъемом локтей поочередно. Повороты вокруг себя на месте с притопами. «Ковырялочка». «Молоточки». «Карусель». (0,8)

### **Тема 30 Ритмический танец «Антошка» (1 час)**

**Теория:** Правила исполнения танцевальных шагов ритмического танца «Антошка» (под песню «Антошка»). (0,2)

**Практика:** Движения согласно тексту. (0,8)

### **Тема 31 Ритмический танец «Чунга-чанга». (1 час)**

**Практика:** Движения согласно тексту.

### **Тема 32 «Игры малой подвижности» (1 час)**

**Теория:** Правила игры в кругу. (0,2)

**Практика:** Игры - «Хитрая лиса». «Угадай по голосу». «Пустое место». «Разверни круг». «Добрые слова». (0,8)

### **Тема 33 «Игры малой подвижности» (1 час)**

**Теория:** Правила игры в кругу. (0,3)

**Практика:** «Кто ушел?». «Тихо-громко». «Оттолкни мяч». «Щука». «Птицелов». «Тик-так». «Парк аттракционов». (0,7)

### **Тема 34 «Игры с предметами» (1 час)**

**Теория:** Правила игры с предметами – лентой, мячом, скакалкой. (0,3)

**Практика:** Игры - «Хитрая лиса». «Собери мячи». «Удочка». «Быстро возьми». «Мяч соседу». «Ловишки с ленточкой». «Вышибалы». «Карусель». «Меткий стрелок». «Необычный художник». (0,7)

### **Тема 35 «Игры с музыкальным сопровождением» (1 час)**

**Практика:** Игры - «Возьми платочек!». «Змея». «Мороз-Красный нос». «Мышеловка». «Снежная королева». «Успей выбежать». «Вдвоем в одном обруче». (1 час)

### **Тема 36 (1 час)**

**Теория:** Правила поведения на сцене во время выступления. (0,1)

**Практика:** Выступление детей – танцевальные номера. (0,9)

## **1.4. Планируемые результаты и формы аттестации**

При успешном усвоении программы ребенок должен:

- уметь ориентироваться в пространстве;
- выполнять ритмические упражнения с музыкальным заданием;
- различать простейшие музыкальные понятия, понимать характер музыкального образа;
- выразительно двигаться в соответствии с характером и ритмом музыки

Также у ребенка сформированы:

В результате реализации данной программы дети должны знать:

- виды танцев (классический, народный, бальный);
- танцевальную терминологию (поклон – книксен, реверанс, позиции ног и рук классического танца и т.д.);
- музыкальные жанры (песня, танец, марш).

Назначения отдельных упражнений танцевально - ритмической гимнастики. Взаимосвязь движения, ритма и музыки; название основных музыкально-ритмических движений и их элементов; правила гигиены тела, тренировочной одежды; правила сценического поведения.

### **1.4.1 Планируемые результаты реализации программы:**

Дети должны уметь:

- овладеть умением ориентироваться в зале, выполнять простейшие построения и перестроения и комплексы упражнений под музыку; освоить определенный запас общеразвивающих и танцевальных упражнений;
- красиво, выразительно и ритмично двигаться в различных танцевальных темпах, передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок и выразить характер танцевального персонажа под музыку (веселый, грустный, лирический, героический и др.); импровизировать на любую тему под различное музыкальное сопровождение; дети без подсказки должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации;

- понимать и различать музыкальные размеры и ритмы; определять и использовать основные рисунки, направления в движении; исполнять этюды, танцевальные композиции и танцы; исполнять упражнения партерного экзерсиса; красиво и правильно исполнять двигательные элементы; быстро и чётко реагировать на замечания педагога; координировать движения.

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

**Итоговое занятие проводится** в форме концерта. Концерт является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации дошкольника.

Выступления на утренниках, участие в развлечениях, выступление на фестивалях, концертах и городских мероприятиях.

## Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий.

### 2.1. Календарный учебный график

Содержание	Возрастная группа (подготовительная группа 6-7лет)
Начало реализации программы	02.09.2025г.
Окончание реализации программы	27.05.2026г.
Сроки проведения зимних каникул	01.02.2026г. – 09.02.2026г
Сроки проведения летних каникул	01.06.2025г. – 31.08.2025г.
Продолжительность учебного года (все-го недель)	36
Продолжительность учебной недели (дней)	5
Праздничные дни	4 ноября 2025 года – День Народного Единства; 01 - 09 января 2026 года Новогодние праздники 23 февраля 2026 года День защитника Отечества; 8 – 9 марта 2026 года – Международный женский день; 1 Мая 2026 года- Праздник весны и труда; 09 - 11 Мая 2026– День Победы

### 2.2. Календарно-тематический план

№ п/п	Названия темы занятия	кол – во часов			Дата по плану	Дата по факту
		всего	теория	практика		
1	Вводное занятие	1	1		4.09 .25	
2	Виды ходьбы	1	1		11.09.25	

3	Виды ходьбы	1	0,2	0,8	18.09.25	
4	Виды ходьбы	1	0,2	0,8	25.09.25	
5	Виды бега	1		1	3.10.25	
6	Виды бега	1	0,2	0,8	9.10.25	
7	Дыхательные упражнения	1	0,2	0,8	16.10.25	
8	Дыхательные упражнения	1	0,1	0,9	23.10.25	
9	Прыжки	1	0,2	0,8	30.10.2	
10	Прыжки	1	0,1	0,9	6.11.25	
11	Упражнения на гибкость	1	0,2	0,8	13.11.2	
12	Упражнения на гибкость	1	0,2	0,8	20.11.25	
13	Упражнения на гибкость	1	0,2	0,8	27.11.25	
14	Упражнения на координацию	1	0,2	0,8	4.12.25	
15	Упражнения на координацию	1		1	11.12.25	
16	Упражнения для мышц спины, живота	1	0,1	0,9	18.12.25	
17	Упражнения для мышц спины, живота	1	0,3	0,7	15.01.26	
18	Упражнения для осанки	1	0,1	0,9	22.01.26	

19	Упражнения для осанки	1		1	29.01.26	
20	Упражнения на равновесие	1	0,3	0,7	5.02.26	
21	Упражнения на равновесие	1	0,2	0,8	12.02.26	
22	Упражнения на равновесие	1	0,3	0,7	19.02.26	
23	Ритмичный танец с султанчиками «Ламбада»	1	0,1	0,9	26.02.26	
24	Ритмический танец «Летка-енка»	1		1	5.03.26	
25	Ритмический танец «Летка-енка»	1	0,1	0,9	12.03.26	
26	Ритмический танец «Ежик»	1	0,2	0,8	19.03.26	
27	Ритмический танец «Яблочко»	1		1	26.03.26	
28	Ритмический танец «Русский»	1	0,3	0,7	2.04.26	
29	Ритмический танец «Русский»	1	0,2	0,8	9.04.26	
30	Ритмический танец «Антошка»	1	0,2	0,8	16.04.26	
31	Ритмический танец «Чунга-чанга»	1		1	23.04.26	
32	Игры малой подвижности	1	0,2	0,8	30.04.26	
33	Игры малой подвижности	1	0,3	0,7	7.05.26	

34	Игры с предметами	1	0,3	0,7	14.05.26	
35	Игры с музыкальным сопровождением	1		1	21.05.26	
36	итоговое обобщающие занятие	1	1		28.05.26	
	Итого:	36	8,3	27,7		

## **2.3. Организационно-педагогические условия реализации программы**

### **2.3.1.Кадровые условия**

Реализацию программы обеспечивает Иванова Наталья Васильевна, педагог дополнительного образования.

### **2.3.2.Материально – технические и методические материалы**

Адрес осуществления образовательной деятельности:

172840 Тверская обл., г. Торопец, ул.Советская,зд.127 Б

Материально- техническое оснащение: музыкальный центр, интерактивное оборудование, компьютер, колонки.

Программа имеет содержательное методическое обеспечение, которое охватывает все сферы музыкальной деятельности ребенка и педагога. В качестве методического обеспечения прилагаются пособия: нотный материал, иллюстрации, фонограммы, DVD диски.

Используемый в танцевально-ритмической гимнастике инвентарь должен быть не только удобным, но и радовать глаз, развивать вкус детей, действовать их эстетическому воспитанию:

- Флажки 3 – 4 -х цветов по числу детей в группе.
- Ленты разных цветов по 2 на ребенка.
- Платочки разных цветов (размер 20-25 см).
- Цветы небольшие нежных оттенков.
- Обручи легкие пластмассовые.
- Шнур яркий длиной 3-4 метра.

- Мячи среднего размера по числу детей в группе.
- Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).
- Гимнастические палки большие и маленькие.
- Куклы и мягкие игрушки.
- Скакалки.

Предлагаемый материал дает возможность проводить занятия в интересной, увлекательной форме.

Костюмы: для мальчиков и девочек – русские сарафаны, кокошники, рубашки, косоворотки, платья, юбки, брюки, стилизованные костюмы.

#### **2.4. Рабочая программа воспитания**

В соответствии с Уставом МБДОУ Торопецкий детский сад «Жемчужинка», который регламентирует порядок разработки и реализации рабочих программ на учебный год, рабочая программа воспитания разрабатывается ежегодно в соответствии с календарным планированием мероприятий, проводимых в рамках общеучрежденческих воспитательных программ, целями и задачами воспитательной работы, проводимой в каждой группе, и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

##### **Цель воспитания**

Основной целью программы воспитания является – воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности.

##### **Задачи воспитания**

Задачи воспитания формируются на основе планируемых результатов достижения цели воспитания и реализуются в единстве с развивающими задачами.

**Активные формы воспитательной деятельности:** театральнo-исполнительская деятельность, танцевально-музыкальные игры и творческие импровизации, участие в совместных праздниках, фестивалях, конкурсах.

##### **Планируемые результаты воспитательной деятельности:**

- у детей развивается активность, самостоятельность, коммуникативные способности;

- формируется общая культура личности, способность ориентироваться в современном обществе, нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- у детей развито ассоциативное мышление, побуждение к творчеству.
- сформированы таких личностные качества, как уверенность, целеустремлённость, активность, желание показать свои достижения зрителям.
- у детей улучшается осанка, укрепляются мышцы и связки, совершенствуются движения.

**Оценка уровня воспитанности осуществляется по следующим уровням:**

	Критерии оценки	Форма отслеживания
Минимальный (М)	Замкнут, общение затруднено. Является инициатором конфликтов, бывает груб. Невежлив, недоброжелателен. Не соблюдает правила поведения.	Наблюдение
Удовлетворительный (У)	Поддерживает контакты избирательно. Вежлив только в присутствии взрослых. Не всегда соблюдает правила поведения.	Наблюдение
Общий (О)	Поддерживает контакты, дружелюбен. Соблюдает правила поведения. Чаще вежлив.	Наблюдение
Высокий (В)	Легко вступает и поддерживает контакты, дружелюбен со всеми. Всегда соблюдает правила поведения. Вежлив, заботится об окружающих	Наблюдение

**Календарный план воспитательной работы**

<i>Месяц</i>	<i>Мероприятие/проект/событие</i>
сентябрь	«Детский сад встречает ребят»

<b>октябрь</b>	«Осень золотая»
<b>ноябрь</b>	«День матери»
<b>декабрь</b>	«Новый год у ворот»
<b>январь</b>	«Прощание с ёлочкой»
<b>февраль</b>	«Слава защитникам Отечества»
<b>март</b>	«Мамин день»
<b>апрель</b>	«Путешествие в космос»
<b>май</b>	«Я помню, я горжусь»

## 2.5. Информационные источники и литература

- «Танцевальная мозаика» С. Л. Слуцкая-Линка – пресс Москва 2006г.
- Климов «Основы русского народного танца» 1981г.,
- Руднева С., Фиш С. «Ритмика. Музыкальное движение» 1972г.
- Буренина А. И. Ритмическая мозаика 3: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — Издание переработанное и дополненное в соответствии с ФГТ—СПб.: ЛОИ-РО,2012. - 220 с.
- «Практическое пособие по хореографии» для музыкальных руководителей дошкольных учреждений и начальной школы. Шалар Т.О.2004г.
- «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» книга для воспитателя и музыкального руководителя детского сада Раевская Е.П.3 издание, дораб. – М.:»Просвещение»,1991г.

- «Танцуй, малыш!» сборник репертуара для занятий музыкально-ритмическими движениями с детьми 4-6 лет. Т. Суворова. Санкт-Петербург 2006г

- «Танцуй, малыш!» сборник репертуара для занятий музыкально-ритмическими движениями с детьми 4-6 лет. Т. Суворова. Санкт-Петербург 2007г

- «Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворова 1 часть. Санкт-Петербург 2004г

- «Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворова 2 часть. Санкт-Петербург 2005г

- «Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворова 3 часть. Санкт-Петербург 2005г

- «Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворова 4 часть. Санкт-Петербург 2006г

- «Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворова 5 часть. Санкт-Петербург 2007г

- «Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворова 6 часть. Санкт-Петербург 2011г

- «Потанцуй со мной, дружок» И. Каплунова, И. Новоскольцева. Методическое пособие для музыкальных руководителей детских садов. «Невская нота» Санкт-Петербург 2010г.

- «Са-фи-дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей.