

**Министерство образования и науки Республики Татарстан  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
города Набережные Челны «Детская школа хореографического искусства №17»**

**ПРИНЯТА**  
на заседании Педагогического совета  
от «29» августа 2023 г.  
протокол № 1



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор ДШХИ №17  
В.П. Комарова  
Приказ № 105  
от 31.08 2023г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«РИТМИКА И ТАНЕЦ»**

*Направленность: художественная  
Возраст учащихся: 4-6 лет  
Срок реализации 2 лет*

Авторы-составители:  
Сунгатова Эльвира Надировна,  
заместитель директора по УВР  
Хазова Светлана Владимировна,  
Франчук Татьяна Николаевна,  
Гетьманенко Людмила Михайловна,  
Аитова Ольга Александровна,  
преподаватели

г. Набережные Челны  
2023 г

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Хореография предоставляет уникальные возможности, являясь ведущим пластическим искусством и используя в качестве творческого материала человеческое тело, организует его движение по законам музыкальной гармонии.

Данная программа составлена на основе примерной образовательной программы для хореографических отделений детских музыкальных школ и школ искусств. Поскольку типовая программа недостаточно отражает современные требования дополнительного образования и специфику детей дошкольного возраста, возникла необходимость в создании программы по хореографии для подготовительных групп, детей 4-6 лет.

### **Нормативно-правовое обеспечение программы**

1. Указ президента Российской Федерации от 08 ноября 2021 г. № 633 «Об утверждении основ государственной политики в сфере стратегического планирования в Российской Федерации»
2. Указ президента Российской Федерации от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
3. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642
4. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
5. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
6. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022г.)

7. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 03 сентября 2018 года № 10.
8. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р
9. Постановление Правительства РФ от 15 сентября 2020 г. № 1441 «Правила оказания платных образовательных услуг»
10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
11. Приказ Министерства просвещения России от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.)
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
13. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28
14. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
15. План работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, 1 этап (2022-2024 годы) в Республике Татарстан, утвержден заместителем Премьер-министра Республики Татарстан

Л.Р.Фазлеевой 31.08.2022 года

16. Письмо ГБУ ДО «Республиканский центр внешкольной работы» № 2749/23 от 07.03 2023 года «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию и реализации современных дополнительных общеобразовательных программ (в том числе, адаптированных) в новой редакции»
17. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные Челны «Детская школа хореографического искусства №17».
18. Положение о порядке разработки, утверждения и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования города Набережные Челны «Детская школа хореографического искусства №17».

В программе основное внимание направлено на укрепление, развитие гибкости, пластичности мышечного корсета, чувства ритма, эстетическое воспитание. В настоящее время программа реализуется на базе Детской школы хореографического искусства №17 с детьми 4-6 лет. Занятия ведутся 2 раза в неделю по 45 минут. (3 часа в неделю – 2 раза по 1,5 часа). Программа предоставляет ребёнку возможность творчески выразить себя в танцевальной импровизации, учит свободе движения.

Посредством данной программы осуществляется воспитание у детей художественного вкуса, воспитание гармонии и согласованности движений, начальный этап освоения танцевальных элементов (танцевальной культуры). На занятиях ритмики и танца учащиеся готовятся к овладению сложной техникой в период дальнейшего обучения искусству танца.

**Цель программы:** дать детям основы музыкально-двигательной культуры, основы работы мышц, развивать гибкость, эластичность связок, формировать основы координации движений.

**Основные задачи обучения:**

- способствовать обучению основам правильной постановки корпуса (при этом

нужно обратить внимание на природные недостатки сложения фигуры);

- способствовать общему физическому развитию и укреплению мышечного аппарата;
- способствовать развитию чувства ритма;
- учить отражать в движении характер музыки;
- учить выполнять движения в различных темпах;
- способствовать развитию фантазии детей;
- способствовать развитию выразительности движения;
- учить ориентироваться в пространстве.

Дети объединяются в учебные группы по 10-15 человек. Основные формы проведения занятий с дошкольниками – игра и тренировка.

Программа предполагает обучение посредством игровых технологий: организацию совместных действий, ведущую к активизации учебно-познавательных процессов, распределение начальных действий и операций, коммуникации, обмен способами действия, взаимопонимания.

В процессе обучения используется следующее оборудование: коврики, зеркала, фортепиано, музыкальная аппаратура.

В решении творческих и иных проблем преподавательский состав сотрудничает с директором Школы, муниципальным методическим объединением хореографов, танцевальными коллективами города и Республики Татарстан.

В конце курса обучения дети зачисляются в первый класс Детской школы хореографического искусства № 17 .

### Учебный (тематический) план

#### I год обучения

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	1,5	0,5	1
2.	Элементы музыкальной грамоты.	15	3	12
3.	Танцевальные элементы.	20	5	15
4.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	20	5	15

5.	Активизация и развитие творческих способностей детей.	30	7	23
6.	Элементы партерной гимнастики.	26	6	20
7.	Итоговое занятие.	1,5	-	1,5
	<b>Итого</b>	<b>114</b>	<b>26,5</b>	<b>87,5</b>

## Содержание программы

### I год обучения

#### **Раздел 1. Вводное занятие.**

**Теория:** Правила ТБ. Правила поведения на занятии. Как ритмика связана с нами? Для чего она нужна?

**Практика:** построение в зале, друг за другом, в шахматном порядке.

#### **Раздел 2. Элементы музыкальной грамоты.**

**Теория:** Слушание музыки. Определение ее характера, настроения. Темп, динамика, ритм.

**Практика:** Движения в различных темпах, с различным ритмом, простукивание ритма, притопывание ритма, упражнения на развитие слухового внимания.

#### **Раздел 3. Танцевальные элементы.**

**Теория:** Ходьба, бег, прыжковые движения, махи, «пружинка», притопывание.

**Практика:** Ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках.

Бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ. Упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность). Образно-игровые движения, простейшие элементы народных плясок, доступных по координации.

**Раздел 4. Упражнения на ориентировку в пространстве. Теория:** Свободное место в зале, круг, пара, линия.

**Практика:** Упражнения на развитие умения самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в линии.

#### **Раздел 5. Активизация и развитие творческих способностей детей.**

**Теория:** Понятие «Образ», игра-имитация, «Колка дров», «Гладить кошку».

**Практика:** Упражнения на умение сочетать движение с характером музыкального произведения. Первичные умения двигательной импровизации под музыкальное сопровождение.

#### **Раздел 6. Элементы партерной гимнастики.**

**Теория:** техника выполнения элементов: «Складочка», «Бабочка», «Лягушка», «Корзинка», «Уголок», «Кузнечик», мостик, шпагат, «Лодочка», «Кошечка».

**Практика:** Упражнения на сокращение и расслабление мышц, на развитие силы мышц, эластичности связок и суставов, на гибкость и пластичность мышц и связок.

#### **Раздел 7. Итоговое занятие.**

**Практика:** Открытое занятие для родителей. Выступление на Отчетном концерте Школы.

### **Учебный (тематический) план**

#### **II год обучения**

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	1,5	0,5	1
2.	Элементы музыкальной грамоты.	12	3	9
3.	Танцевальные элементы	26	5	21

4.	Музыкально-пространственные композиции.	23	5	18
5.	Активизация и развитие творческих способностей детей	30	7	23
6.				
7.	Элементы партерной гимнастики	20	4	16
8.	Итоговое занятие	1,5	-	1,5
	<b>Итого</b>	<b>114</b>	<b>24,5</b>	<b>89.5</b>

## Содержание программы

### II год обучения

#### Раздел 1. Вводное занятие

**Теория:** Правила ТБ. Правила поведения на занятии, внешний вид.

**Практика:** Построение в колонну, Передвижение по залу. Перестроения.

#### Раздел 2. Элементы музыкальной грамоты.

**Теория:** Жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш), форма (2-3-частная), сильная доля, динамика, регистр.

**Практика:** Включение разнообразных произведений для ритмических движений, упражнения на развитие способности различать жанр произведения и выражать самостоятельно в соответствующих движениях и в словах. Игры «Угадай мелодию», «Прохлопай ритмический рисунок», «Назови жанр произведения», «Назови правильно».

#### Раздел 3. Танцевальные элементы.

**Теория:** техника выполнения различных движений. Ходьба, бег, подскоки, галоп, махи, «пружинка», притопывание, полуприседание, полуприсядка для мальчиков, выставление ноги на пятку, «Ковырялочка».

**Практика:** Упражнения на различные группы мышц, на гибкость, плавность движений, на передачу динамики настроения, доступные по координации элементы народных плясок, упражнения, включающие одновременные движения рук и ног



(однонаправленные и симметричные).

#### **Раздел 4. Упражнения на ориентировку в пространстве**

**Теория:** понятия: «Шеренга», «колонна».

**Практика:** Упражнения на развитие умения самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

#### **Раздел 5. Музыкально-пространственные композиции.**

**Теория:** понятия «Музыкальная композиция», «танцевальные движения», «танец», техника выполнения танцевальных композиций.

**Практика:** Композиции на умение быстро перестраиваться в соответствии с музыкальным сопровождением. Игры: «Стройте круг», «Беги скорей». Танцевальные композиции «Подсолнушки»,

#### **Раздел 6. Активизация и развитие творческих способностей детей.**

**Теория:** понятие «Импровизация», «Водящий», техника исполнения танцевальных этюдов.

**Практика:** Упражнения на умение сочетать движение с характером музыкального произведения. «Спать хочется», «Прыгай через препятствия», имитационные, хороводные игры, игры с выбором водящего.

#### **Раздел 7. Элементы партерной гимнастики.**

**Теория:** техника выполнения элементов: «Складочка», «Бабочка», «Лягушка», «Корзинка», «Уголок», «Кузнечик», мостик, шпагат, «Лодочка», «Кошечка», махи, «Велосипед», «Колобок».

**Практика:** Упражнения на сокращение и расслабление мышц, на развитие силы мышц, эластичности связок и суставов, на гибкость и пластичность.

## **Раздел 8. Итоговое занятие.**

**Практика:** Открытое занятие для родителей. Выступление на Отчетном концерте Школы.

### **Планируемые результаты**

#### ***Показатели уровня развития детей***

##### **Первый год обучения:**

1. проявление интереса к самому процессу движения под музыку;
2. умение выполнять движения в соответствии с характером и темпо-ритмом музыки;
3. умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом;
4. умение начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
5. умение выражать эмоции в мимике и пантомимике;
6. умение изменять движения в соответствии с различным темпом, формой и ритмом музыки;
7. умение выполнять упражнения от начала до конца по показу педагога.

##### **Второй год обучения:**

1. выразительность и непосредственность исполнения движений под музыку;
2. умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;
3. способность к запоминанию и самостоятельному исполнению движений, композиций;
4. умение организовывать игровое общение с другими детьми;
5. умение исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
6. умение самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

## Механизм отслеживания знаний, умений, навыков

№ п/п	Тема	ЗУН	Механизм отслеживания
<b>I год обучения</b>			
1.	Вводное занятие	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях.	Опрос
2.	Элементы музыкальной грамоты.	Узнавать знакомые плясовые, маршевые мелодии, народные и детские песни, уметь передавать в движении характер музыки и ее настроение, темп, динамику.	Опрос. Исполнение упражнений и заданий. Игры на внимание.
3.	Танцевальные элементы	Уметь передавать в пластике музыкальный образ, используя основные, плясовые, имитационные виды движений.	Контрольные упражнения
4.	Упражнения на ориентировку в пространстве	Уметь самостоятельно перестраиваться	Игровые упражнения
5.	Активизация и развитие творческих способностей детей	Уметь находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и сверстниками.	Показ
6.	Элементы партерной гимнастики	Уметь сокращать и расслаблять мышцы, внимательно слушать педагога и исполнять задание.	Показ
7.	Итоговое занятие.	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции.	Контрольное занятие.
<b>II год обучения</b>			
1.	Вводное занятие	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях, правила внешнего вида.	Опрос
2.	Элементы музыкальной грамоты.	Уметь передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения, различать 2-3-частную форму произведения, выделять сильную долю, определять регистр, выполнять движения в соответствии с темпом музыки.	Опрос, игра «Музыкальный калейдоскоп», контрольные задания на исполнение ритмических движений.

3.	Танцевальные элементы	Уметь ходить с высоким подниманием ноги, на полупальцах, не заваливаться на мизинцы, спокойно с хорошей осанкой в разном темпе и ритме; уметь прыгать на месте, с продвижением вперед, исполнять прямой галоп, подскоки; уметь передавать образ и настроение или состояние на заданную тему; уметь притопывать одной ногой через «пружинку», координировать движения ног и рук.	Контрольные упражнения
4.	Упражнения на ориентировку в пространстве	Уметь самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.	Игры «Найди свое место», «Кто быстрее», «Найди свою пару»
5.	Музыкально-пространственные композиции	Знать исполнение упражнений и композиций, уметь красиво перестраиваться под музыкальное сопровождение.	Зачет
6.	Активизация и развитие творческих способностей детей	Уметь исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку; уметь самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.	Игровые задания
7.	Элементы партерной гимнастики	Знать правила исполнения упражнений, уметь сокращать и расслаблять мышцы, знать правильную постановку корпуса, ног, головы, уметь работать над собой.	Показ, игра «Кто больше соберет баллов»
8.	Итоговое занятие.	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции.	Контрольное занятие.

### Список литературы для педагога:

1. Ахьямова И. Техника невербального общения на занятиях музыкой у старших дошкольников// Искусство и образование. – 2003. - №2(24). – С.23.
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии» методические указания в помощь учащимся и педагогам, СПб, 1996
3. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение», М., 1981
4. 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. – 220 с.

5. Зимина А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста: Учеб. Для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2000. – 304 с.: ноты.
6. Кузнецова З.М. «Народные игры на уроках физической культуры», Наб.Челны, 1996
7. Кряжева Н.Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет/ Художники Г.В.Соколов, В.Н.Куров. – Ярославль: Академия развития, 2000. – 160 с.: ил. – (Серия: «Ваш ребенок: наблюдаем, изучаем, развиваем»).
8. Лифиц И.В. Ритмика: Учеб.пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 224 с.
9. Мун Л. Импровизация младших школьников на уроках музыки// Искусство в школе. – 2003.- №1 С.44-51.
10. Михайлова М.А., Горбина Е.В. «Поем, играем, танцуем дома и в саду», Ярославль, 1996
11. «Народно-сценический танец» методические рекомендации, К., 1998
12. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб.пособие для студ.учреждений сред.проф.образования. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 3003. – 256 с.:ил.
13. Руднева С., Фиш Э. «Ритмика», М., 1972
14. Сулова Н. О танце забытом замолвите слово...// Искусство в школе. – 2000. - №3. – С.13-15.
15. Тагиров Г.Х. «Сто танцевальных фольклорных танцев», К., 1988
16. Тагиров Г.Х. «Татарские танцы», К., 2001
17. «Теория и методика преподавания уроков ритмики в начальных классах общеобразовательной школы», К., 2001

#### **Список литературы для детей**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» методические указания в помощь учащимся и педагогам..., СПб, 1996
2. Кузнецова З.М. «Народные игры на уроках физической культуры», Наб.Челны, 1996

3. Кряжева Н.Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет/ Художники Г.В.Соколов, В.Н.Куров. – Ярославль: Академия развития, 2000. – 160 с.: ил. – (Серия: «Ваш ребенок: наблюдаем, изучаем, развиваем»).
4. Михайлова М.А., Горбина Е.В. «Поем, играем, танцуем дома и в саду», Ярославль, 1996