

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад комбинированного № 2" городского округа Самара

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 5 от 20 мая 2026 г.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 2» г. о. Самара
_____ М. А. Шафигулина
Приказ № 89 - ОД от 20 мая 2026 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
"Танцующие звездочки"**

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Объем: 72 часа

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:
Скрычевская Екатерина Александровна,
музыкальный руководитель



C=RU, O="МБДОУ ""
Детский сад № 2"" г.о.
Самара",
CN=Шафигулина М.А.,
E=sdo.ds2@63edu.ru
008b6edcfc6b5702e1
2026-08-10 13:28:29

Самара, 2026

Содержание

№ п. п	Содержание	Страницы
1.	Пояснительная записка: Цели и задачи Актуальность Педагогическая целесообразность Основные ожидаемые результаты	3-8
2.	Учебный план	8-25
3.	Календарный учебный график	25-26
4.	Содержание программы	25-44
5.	Воспитание	45-47
6.	Планируемые результаты	47-49
7.	Ресурсное обеспечение	49-50
8.	Список литературы	50

1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

Эстетическое воспитание личности происходит с первых шагов маленького человека, с первых его слов, поступков. Именно окружающая среда, откладывает в душе ребенка отпечаток на всю жизнь.

Незаменимым средством формирования духовного мира детей является искусство: литература, музыка, народное творчество, живопись, хореография.

Актуальность.

Актуальность программы определяется требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее ФГОС ДО, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"), а именно:

- с п.1.6. ФГОС ДО программа направлена на "обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей";
- п.2.6. "Содержание программы должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности";
- п.2.6. «развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.)»

Дополнительная общеразвивающая программа по хореографии разработана в соответствии с Распоряжением Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей», ориентирована на удовлетворение индивидуальных потребностей в художественно-эстетическом развитии, формировании общей культуры воспитанников ДОО. В процессе освоения программы воспитанники приобщаются к познанию окружающего мира, формируется художественный вкус, чувство прекрасного. Хореографическая деятельность помогает преодолевать робость, застенчивость, неуверенность в себе, а также не только раскрывает творческие способности, но и развивает их.

Хореография в детском саду – это одно из любимейших детских занятий. Ребята настолько переполнены жизненной энергией, что абсолютно не могут усидеть на месте и обязательно всем видам деятельности предпочитают ту, где нужно двигаться. Поэтому занятия хореографией детям кажутся заманчивыми и привлекательными.

Таким образом, дополнительная общеразвивающая программа по хореографии, составленная с опорой на положения Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, будет способствовать интеграции дошкольного и дополнительного образования, как необходимого условия достижения новых образовательных результатов.

Программа по хореографии разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ. Приложение к письму Министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015г. № МО-16-19-01/826-ТУ;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (направленных Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242;

- Постановление Правительства РФ от 15 сентября 2020г. № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020

№ 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН 2.4. 3648-20).

Педагогическая целесообразность подчеркивает важность взаимосвязи формирования творческой личности и эстетического развития ребенка. При творческой деятельности активизируется восприятие, выразительность исполнения, оценочное отношение к своей продукции, что оказывает большое влияние на становление личности ребенка.

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.

В наше не простое время очень важно воспитать маленького человека, способного сопереживать, сочувствовать другим людям, животным, прививать ему чувство такта, воспитать культурного, полноценного члена общества. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития, импровизации.

Отличительная особенность программы по хореографии в том, что она носит вариативный характер используемых с детьми методов и приемов, что обеспечивает психолого-педагогическую поддержку художественно-творческого и эмоционального развития детей в хореографической деятельности. Программа построена по тематическому

принципу. Отличительными особенностями данной программы является её практическая направленность, реализуемая через участие детей в различных формах хореографической деятельности, а также использование современных информационно-коммуникативных технологий в образовательном, воспитательном и развивающем процессах. Предусмотрено поэтапное использование отдельных видов детской творческой деятельности (песенной, танцевальной, игровой) в процессе хореографического воплощения.

Возраст детей, сроки реализации программы: программа рассчитана на работу с детьми дошкольного возраста (5-7 лет) в течение 1 года.

Программа базируется на научных данных возрастной психологии и физиологии воспитанников.

Формы занятий: групповая.

Цель программы: приобщение детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников.

Задачи:

Образовательные:

- обучить детей танцевальным движениям;
- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

Воспитательные:

- организовать воспитательную деятельность на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей российского общества и государства;
- формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе;
- формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;
- создавать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- развивать творческие способности детей;
- развить музыкальный слух и чувство ритма;
- развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укреплять здоровье детей;
- формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Хореографическое воспитание имеет важное значение – как в физическом, так и в нравственном становлении личности ребенка, которая является важнейшей целью всего процесса обучения и эстетического воспитания.

Без формирования способности к эстетическому творчеству невозможно решить важнейшую задачу всестороннего и гармоничного развития личности. Танец – это вид искусства, в котором художественные образы создаются посредством пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела, из чего формируется техника танцев.

Практическая часть программы направлена на формирование и развитие у воспитанников физических, танцевальных данных, развитие умственных способностей, приобретение толерантности. Правильно подобранные теоретические и практические упражнения дают ребенку познать широкий мир хореографии.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена важностью художественного развития детей и их оздоровления, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у воспитанников творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Основными ожидаемыми результатами охватывают несколько сфер реализации дополнительной общеразвивающей программы:

- личностные: иметь представления о правилах, культурных привычках в процессе группового общения с детьми и взрослыми; проявление дисциплинированности, внимательности; формирование эстетических потребностей, ценностей;

- метапредметные: сформированность чувства прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с хореографическим искусством; умение осуществлять итоговый и пошаговый контроль своей творческой деятельности;

- предметные: знать музыкальные произведения, узнавать и называть их; некоторые разновидности танца (народный, хороводный, современный); занимать правильное исходное положение, умение правильно держать осанку, подбородок и руки, при выполнении хореографических движений; умение исполнять хореографические композиции, поставленные педагогом, в

соответствии с программой обучения; выразительно, ритмично передавать движения с предметами, согласовывая их с характером музыки.

2. Учебный план

Учебный (тематический) план хореографического кружка «Танцующие звездочки» (5-7 лет)

1 год обучения					Краткое содержание/Форма занятия/форма контроля
№ п/п	Наименование раздела/модуля/темы	Количество часов			
		Теория	Практика	Всего	
1	Модуль 1. «Ритмика и игроритмика»	2	6	8	Содержание: раздел направлен на формирование у детей чувства ритма, умения слышать и воспроизводить темп, динамику, акценты и паузы в музыке. Через игровые формы дети осваивают базовые способы передачи ритма (хлопки, шаги, притопы), учатся удерживать простую двигательную инструкцию из 3–4 шагов, ориентироваться в пространстве зала и взаимодействовать в парах и группе.
1.1	Тема 1: «В ритме музыки: быстро и медленно»	0,25	0,75	1	Понятия «темп»: быстро/медленно. Правило недели: «слушаем музыку до конца». Хлопки и шаги в двух темпах; игра «Эхо» на 4 удара; образные движения «медведь/зайчик». Карта наблюдений: ритм, внимание, выполнение правила недели.
1.2	Тема 2: «Паузы и акценты»	0,25	0,75	1	Что такое пауза и акцент. Как пауза помогает «собрать» движение. Хлопки с паузами; игра «Замри!» на акцент;

					ритмический рисунок 4 удара + пауза. Выполнение по образцу; точность акцентов.
1.3	Тема 3: «Ритм в парах: повторяем и договариваемся»	0,25	0,75	1	Правила парной работы: «говорим по очереди», «помогаем друг другу». Пары повторяют ритмические рисунки друг за другом; эстафета хлопков; мини-показ «мой ритм». Чек-лист парной работы (помощь, очерёдность, точность).
1.4	Тема 4: «Ритм и динамика: громко и тихо»	0,25	0,75	1	Понятия «динамика»: громко/тихо. Связь динамики и характера движения. Шаги и хлопки в двух динамиках; игра «Ветер: шёпот — ураган». Карта наблюдений (динамика, синхронность).
1.5	Тема 5: «Ритмические цепочки: 3 шага подряд»	0,25	0,75	1	Алгоритм: «слушай — запомни — повтори». Цепочки из 3 действий (хлопок — шаг — притоп); игра «Цепочка по кругу». Чек-лист: удержание 3 шагов без пропусков.
1.6	Тема 6: «Ритм по карточкам: читаем и стучим»	0,25	0,75	1	Карточки-схемы: кружок = хлопок, квадрат = шаг, треугольник = притоп. Чтение схем и воспроизведение; мини-эстафета со схемами. Точность чтения схемы, выполнение по образцу.
1.7	Тема 7: «Ритм и пространство: двигаемся между ориентирами»	0,25	0,75	1	Ориентиры в зале: «стена», «окно», «центр». Правило: «не сталкиваемся, смотрим вперёд». Прохождение маршрута с хлопками на ориентирах; игра «Найди своё место». Карта наблюдений (ориентировка, безопасность).

1.8	Тема 8: «Мини-концерт: показываем ритмические этюды»	0,25	0,75	1	Как выступать: «выходим спокойно, показываем чётко, благодарим аплодисментами». Показ 2–3 этюдов из пройденных элементов; доброжелательная обратная связь. Видеофиксация, чек-лист выступления (ритм, синхронность, образность).
Сумма по модулю		2	6	8	
2	Модуль 2. Партерная гимнастика	2	6	8	<i>Содержание:</i> раздел формирует базовые навыки безопасной работы на коврике, развивает гибкость, силу корпуса и подвижность стоп. Через образные задания дети осваивают простые упражнения на растяжку и укрепление мышц, учатся контролировать амплитуду, соблюдать дыхание и работать в парах с учётом правил безопасности.
2.1	Тема 1: «Безопасные упражнения: старт»	0,25	0,75	1	Правила работы на коврике, дыхание, контроль амплитуды. Комплекс 5 упражнений: «кошечка», «лодочка», «бабочка», мягкие скручивания, растяжка стоп. Наблюдение за техникой, карта прогресса.
2.2	Тема 2: «Гибкость и сила: усложняем комплекс»	0,25	0,75	1	Как правильно тянуть мышцы, зачем нужны паузы между упражнениями. Усложнённый вариант комплекса: удержание позиций 3–5 секунд, плавные переходы. Карта прогресса (амплитуда, удержание, плавность).
2.3	Тема 3: «Образы в гимнастике: кошка, лягушка, цветок»	0,25	0,75	1	Связь образа и движения: «кошка тянется», «лягушка прыгает», «цветок раскрывается».

					Игровые упражнения на гибкость и силу с образами; парная страховка в безопасных элементах. Наблюдение: техника, эмоциональная вовлечённость, доброжелательность в паре.
2.4	Тема 4: «Дыхание и расслабление: паузы между движениями»	0,25	0,75	1	Зачем нужны дыхательные паузы: регуляция эмоций и восстановление. Дыхательные паузы после каждого упражнения; мягкие переходы; игра «Сдуваем одуванчик». Самочувствие детей, соблюдение пауз.
2.5	Тема 5: «Сила корпуса: безопасные варианты»	0,25	0,75	1	Правильная осанка в упражнениях; контроль положения спины. Упрощённые варианты «лодочки», «планки на локтях», подъёмы ног по очереди. Наблюдение за осанкой, отсутствие перенапряжения.
2.6	Тема 6: «Растяжка стоп и голеностопа»	0,25	0,75	1	Зачем нужна растяжка стоп: профилактика плоскостопия, подготовка к танцам. Мягкие растяжки стоп, перекаты с пятки на носок, «рисование» носком. Карта прогресса (подвижность, амплитуда).
2.7	Тема 7: «Парная работа: помогаем и подсказываем»	0,25	0,75	1	Правила взаимодействия: «говорим спокойно», «показываем на себе», «не тянем сильно». Парные мягкие растяжки (без усилия), взаимная страховка, обмен ролями. Чек-лист доброжелательности и безопасности.
2.8	Тема 8: «Итоговая мини-презентация: мой комплекс»	0,25	0,75	1	Повтор правил безопасности и критериев качества: «плавность», «контроль», «дыхание».

					Демонстрация 4–5 любимых упражнений; самооценка по чек-листу. Фотофиксация, самоконтроль, рефлексия
Сумма по модулю		2	6	8	
3	Модуль 3. Танцевальная азбука	1,5	4,5	6	<i>Содержание:</i> в разделе дети осваивают базовые танцевальные элементы: шаги, поскоки, притопы, выставление ноги, позиции рук, простейшие перестроения и рисунки танца. Через короткие связи и работу с ориентирами формируются пространственная ориентация, чистота исполнения и умение соединять отдельные движения в мини-комбинации
3.1	Тема 1: «Базовые шаги: шаг с носка и лёгкий бег»	0,25	0,75	1	Позиции ног и рук в упрощённой форме. Правило: «нога ставится с носка». Отработка шага с носка, лёгкого бега; перестроение «враспынную» и «в круг». Выполнение по образцу, слаженность перестроений.
3.2	Тема 2: «Поскоки, притопы, выставление ноги»	0,25	0,75	1	Зачем нужны притопы и поскоки: ритм и выразительность. Поскоки в умеренном темпе, притопы на сильную долю, выставление ноги на носок. Карта наблюдений (чёткость, ритм, синхронность).
3.3	Тема 3: «Перестроения: круг, колонна, враспынную»	0,25	0,75	1	Ориентиры в зале. Алгоритм: «остановись — найди ориентир — встань на место». Эстафеты на перестроения; игра «Найди своё место» после враспынную. Скорость и точность перестроений, соблюдение дистанции.

3.4	Тема 4: «Позиции рук: от простого к выразительному»	0,25	0,75	1	Подготовительная, 1-я, 2-я позиции рук; связь позиции и образа. Позиции рук по показу; мини-этюды «птица», «волна», «фонарик». Чистота позиций, выразительность.
3.5	Тема 5: «Простые танцевальные связки: 3–4 элемента»	0,25	0,75	1	Как соединять движения в связку. Правило: «сначала медленно, потом в ритме». Связки из 3–4 элементов (шаг + притоп + хлопок + поворот). Видеофиксация мини-показа, разбор по критериям.
3.6	Тема 6: «Мой рисунок танца: линии, круги, диагонали»	0,25	0,75	1	Что такое «рисунок танца». Простые схемы: линия, круг, диагональ. Проба построения простых рисунков в зале; разметка ориентиров (ленты, конусы). Фотофиксация рисунков, карта наблюдений (точность, слаженность).
Сумма по модулю		1,5	4,5	6	
4	Модуль 4. Музыкально-ритмические игры и этюды	1,5	4,5	6	<i>Содержание:</i> раздел развивает способность передавать в движении характер музыки, выражать эмоции, импровизировать и выстраивать простые диалоги в танце. Через групповые этюды и парные задания формируются навыки совместной работы, умение слышать партнёра и проявлять творческую самостоятельность в рамках правил.
4.1	Тема 1: «Игры на внимание: „Замри!“, „Эхо“»	0,25	0,75	1	Зачем нужно внимание в танце: слышать музыку и видеть партнёра. Серии игр на реакцию и точность; мини-показы лучших повторов.

					Карта наблюдений (внимание, точность, эмоциональность).
4.2	Тема 2: «Мини-этюды в малых группах»	0,25	0,5	1	Правила групповой работы: «слушаем идею каждого», «пробуем вместе». Группы по 3–4 человека создают короткий этюд (8 тактов) на заданный образ. Чек-лист групповой работы (участие всех, доброжелательность, синхронность в финале).
4.3	Тема 3: «Передача характера: ветер, дождь, солнце»	0,25	0,75	1	Как музыка задаёт образ. Связь характера музыки и характера движения. Этюды на образы (30– 40 секунд каждый); работа с мимикой и жестом. Творческая подача, соответствие музыки и движения.
4.4	Тема 4: «Ритм и мимика: улыбаемся и грустим»	0,25	0,75	1	Эмоции в танце: как показать радость, грусть, удивление. Мини-этюды с изменением мимики под одну и ту же музыку. Карта наблюдений (эмоциональная выразительность, внимание к музыке).
4.5	Тема 5: «Диалоги в движении: я — ты»	0,25	0,75	1	Понятие «диалог» в танце: повтор, ответ, пауза. Пары создают мини-диалог из 4 действий; показ и доброжелательная обратная связь. Чек-лист диалога (повтор, ответ, паузы, доброжелательность).
4.6	Тема 6: «Импровизация: танцую, как хочу»	0,25	0,75	1	Свобода в рамках правил: «слушаю музыку», «двигаюсь безопасно», «смотрю на партнёра». Индивидуальная импровизация под 1 фрагмент; мини-круг «покажи лучшее». Карта наблюдений (самостоятельность,

					безопасность, вовлечённость).
Сумма по модулю		1,5	4,5	6	
5	Модуль 5. Элементы народного танца	2	6	8	<i>Содержание:</i> знакомство с базовыми элементами народного танца в доступной подаче; формирование начальных представлений о народном костюме и атрибутах; освоение простых построений и перестроений в народном танце; развитие чувства ритма и умения выделять сильную долю в народной музыке.; улучшение координации и согласованности движений в парных и групповых формах.
5.1	Тема 1: «Шаги и хлопки: народный характер»	0,25	0,75	1	Особенности народного танца: бодрость, чёткость, коллективность. Шаги с носка, приставной шаг, хлопки в ладоши; простые связки. Исполнение связок, оценка чёткости и выразительности.
5.2	Тема 2: «Притопы и „пружинка“: играем в народный танец»	0,25	0,75	1	Зачем нужны притопы: они подчёркивают ритм. «Пружинка» — основа многих народных движений. Притопы на сильную долю; «пружинка» в умеренном темпе; мини-этюд на 8 тактов. Карта наблюдений (ритм, синхронность, выразительность).
5.3	Тема 3: «Усложняем связки: добавляем повороты и хлопки»	0,25	0,75	1	Как соединять движения в связку. Правило: «сначала медленно, потом в ритме». Связки из 3–4 элементов с поворотами и хлопками; работа над синхронностью. Видеофиксация мини-показа, разбор по критериям.
5.4	Тема 4: «Народный рисунок: круг и линии»	0,25	0,75	1	Народные рисунки танца: круг как символ единства; линии для чёткости.

					Проба построения круга и линий; игра «перестройся в круг по хлопку». Фотофиксация рисунков, слаженность, соблюдение дистанции.
5.5	Тема 5: «Характерные положения рук в народном танце»	0,25	0,75	1	Простые положения рук: «полочка», «крылышки», «в стороны». Положения рук в связках; мини-этюды под народную музыку. Чистота положений, выразительность, синхронность.
5.6	Тема 6: «Элементы с предметами: платочки и ленты (упрощённо)»	0,25	0,75	1	Правила обращения с реквизитом: «держи крепко», «не задевай других», «возвращай аккуратно». Пробы с платочками/лентами; безопасные варианты движений. Соблюдение правил безопасности, аккуратность.
5.7	Тема 7: «Мини-номер: собираем народную связку»	0,25	0,75	1	Как собрать номер: «начало — середина — финал». Создание мини-номера из 2–3 связок; обмен и показ. Видеозапись, чек-лист (ритм, синхронность, образность).
5.8	Тема 8: «Промежуточная диагностика: народный модуль»	0,25	0,75	1	Повтор критериев: ритм, синхронность, чёткость, выразительность. Диагностические пробы: повторить связку, выполнить перестроение, показать 3 элемента. Бланк диагностики, карта наблюдений, мини-рефлексия.
Сумма по модулю		2	6	8	
6	Модуль 6. Основы классического танца (игровая форма)	2	6	8	<i>Содержание:</i> через игровые аналоги классического экзерсиса дети осваивают позиции ног и рук, деми-плие, выставление ноги, подъёмы на

					полупальцы. Особое внимание уделяется осанке, плавности, чистоте линий и работе у опоры. Образность заданий помогает сохранить интерес и снизить напряжение.
6.1	Тема 1: «Позиции ног: 1, 2, 6 (упрощённо)»	0,25	0,75	1	Позиции ног как основа чистоты линий. Безопасные принципы выполнения. Позиции ног по показу; деми-плие в медленном темпе; переходы между позициями. Чистота позиций, контроль осанки, плавность переходов.
6.2	Тема 2: «Позиции рук: подготовительная, 1, 2»	0,25	0,75	1	Позиции рук и их связь с образом («крылья», «фонарики», «ворота»). Позиции рук с шагами; мини-связки из 2–3 элементов. Карта наблюдений (чистота позиций, выразительность).
6.3	Тема 3: «Выставление ноги вперёд на носок»	0,25	0,75	1	Зачем нужно выставление: удлинение линии, подготовка к более сложным элементам. Выставление ноги с контролем корпуса; мини-комбинации. Техника выставления, контроль осанки.
6.4	Тема 4: «Подъёмы на полупальцы с опорой»	0,25	0,75	1	Полупальцы: плавность и контроль. Правила безопасности: колени над стопами. Подъёмы на полупальцы у опоры или в кругу; мини-экзерсис. Карта наблюдений (плавность, контроль, синхронность).
6.5	Тема 5: «Плавные связки: соединяем элементы»	0,25	0,75	1	Как строить связку: «начало — середина — финал», правило «сначала медленно».

					Связки из 3–4 элементов; работа над плавностью и ритмом. Видеофиксация, разбор по критериям (плавность, ритм, чистота).
6.6	Тема 6: «Мини-экзерсис у опоры: деми-плие и переходы»	0,25	0,75	1	Экзерсис как тренировка дисциплины и точности. Деми-плие, переходы между позициями, простые комбинации. Чек-лист выполнения элементов, самоконтроль по образцу.
6.7	Тема 7: «Образ в классическом танце: лебедь, балерина, цветок»	0,25	0,75	1	Образность в классических элементах: мягкость, плавность, благородство. Этюды с классическими элементами на заданные образы. Творческая подача, соответствие образа и движений.
6.8	Тема 8: «Промежуточная диагностика: классический модуль»	0,25	0,75	1	Повтор критериев: чистота позиций, плавность, синхронность, самоконтроль. Диагностические пробы: позиции ног/рук, деми-плие, мини-связка. Бланк диагностики, сравнение с начальными результатами, рефлексия.
Сумма по модулю		2	6	8	
7	Модуль 7. Постановка и сценическая практика	3	9	28	<i>Содержание:</i> закрепление и применение на практике ранее освоенных элементов, освоение базовых правил сценического поведения, формирование навыков работы с реквизитом и костюмами, знакомство с элементарными понятиями «образ» и «характер роли» развитие сценической выразительности и артистизма.
7.1	Тема 1: «Музыка для номера: слушаем и выбираем»	0,25	0,75	1	Как выбрать музыку: темп, характер, длительность, понятность для детей.

					Слушание 3–4 фрагментов; голосование; обсуждение «почему подходит». Фиксация выбора, обоснование в мини-отзыве.
7.2	Тема 2: «Рисунок танца: разметка и ориентиры»	0,25	0,75	1	Рисунок танца: линии, круги, диагонали. Ориентиры: ленты, конусы, метки на полу. Проба построения рисунков; разметка; отработка переходов между рисунками. Фотофиксация, карта наблюдений (точность, слаженность).
7.3	Тема 3: «Связка из 4–8 тактов: собираем номер»	0,25	0,75	1	Видеозапись мини-показа, чек-лист (ритм, синхронность, образность).
7.4	Тема 4: «Работаем над нюансами: динамика, паузы, эмоции»	0,25	0,75	1	Зачем нужны паузы и смена динамики. Как показать эмоцию в танце. Прогон мини-номера с акцентами на паузах и смене темпа; работа над мимикой. Оценка по критериям (динамика, паузы, выразительность), рефлексия.
7.5	Тема 5: «Реквизит и костюм: безопасность и образ»	0,25	0,75	1	Правила обращения с реквизитом. Безопасная амплитуда движений с предметами. Пробы с платочками/лентами; отработка движений без риска. Соблюдение правил безопасности, аккуратность в работе с предметами.
7.6	Тема 6: «Генеральные репетиции: исправляем нюансы»	0,25	0,75	1	Как работать с замечаниями: спокойно, по шагам, без обид. Прогон номера целиком; точечная корректировка проблемных мест. Чек-лист исправлений, карта наблюдений за синхронностью.

7.7	Тема 7: «Работа с пространством сцены: выход и уход»	0,5	1,5	2	Правила поведения на сцене и за кулисами. Выход и поклон как часть номера. Отработка выхода и поклона; репетиция переходов между рисунками на «сцене». Фотофиксация, чек-лист готовности, отзывы детей.
7.8	Тема 8: «Финальный прогон: как на концерте»	0,5	1,5	2	Психологическая подготовка: «мы старались, покажем лучшее». Полный прогон номера; работа над артистизмом и выразительностью. Видеозапись финального прогона, рефлексия группы.
7.9	Тема 9: «Дополнительные репетиции и подстраховка»	0,25	0,75	1	План «Б»: что делать, если кто-то забыл движение. Отработка запасных вариантов; поддержка друг друга в группе. Карта наблюдений за поддержкой и доброжелательностью.
7.10	Тема 10: «Подготовка к концерту: реквизит и костюмы»	0,25	0,75	1	Финальная проверка реквизита; распределение ролей и зон ответственности. Проверка реквизита, репетиция в костюмах (если есть), финальные штрихи. Чек-лист готовности, фотофиксация.
7.11	Тема 11: «Итоговый концерт/открытый урок: выступление»	0,25	0,75	1	Правила поведения на сцене: «выходим спокойно», «смотрим вперёд», «благодарим аплодисментами». Показ номера, вручение сертификатов, мини-выставка «Мои движения». Отзывы родителей, фото- и видеоотчёт, рефлексия детей.
7.12	Тема 12. «Повторяем ритмические цепочки с усложнением»	0,25	0,75	1	Ритмическая цепочка — последовательность звуков/движений; способы усложнения — пауза, двойной хлопок, смена темпа; правило недели: «слушаем музыку до конца»;

					повторение цепочек из 4 ударов; добавление пауз и смены темпа; работа в парах (придумать — повторить); мини-композиция на 8 тактов. карта наблюдений (ритм, внимание, правило недели, работа в паре)
7.13	Тема 13: «Гимнастика: любимые упражнения и новые варианты»	0,25	0,75	1	базовые безопасные варианты упражнений (потягивания, наклоны, повороты, приседания); выполнение любимых упражнений под музыку; создание новых вариантов; карта наблюдений (правильность и безопасность движений, старание пробовать новое, соблюдение правила недели)
7.14	Тема 14: «Танцевальная азбука: закрепляем позиции и перестроения»	0,25	0,75	1	основные позиции ног и рук (упрощённо); виды перестроений (круг, линия, колонна, пары); правило недели: «слушаем музыку до конца» — чтобы вовремя и дружно сменить рисунок. карта наблюдений (точность позиций, слаженность перестроений, внимание к сигналу, соблюдение правила недели)
7.15	Тема 15: «Музыкально-ритми- ческие этюды: новые образы»	0,25	0,75	1	связь музыки и образа (характер мелодии подсказывает движения); примеры образов (ветер, дождь, огонь, бабочка); карта наблюдений (соответствие образа музыке, попадание в ритм, внимание к окончанию музыки, старание пробовать новое)
7.16	Тема 16: «Народный танец: повторяем связки и добавляем хлопки»	0,25	0,75	1	связь хлопков с ритмом музыки; правило недели: «слушаем музыку до конца», чтобы завершить связку вместе с музыкой. карта наблюдений (точность связок, попадание в ритм)

					хлопков, внимание к окончанию музыки, старание добавить своё)
7.17	Тема 17: «Классический танец: чистота позиций и плавность переходов»	0,25	0,75	1	критерии чистой позиции (положение стоп, коленей, корпуса, рук); принцип плавных переходов без «разрыва» линий; игровые ориентиры («ножки по линейке», «руки — как волны»); карта наблюдений (точность позиций, плавность линий, устойчивость, соблюдение правила недели)
7.18	Тема 18: «Постановка: собираем новый мини-номер из знакомых элементов»	0,25	0,75	1	принцип построения номера (выход — основная часть — поклон); как соединять знакомые элементы в связку; важность соответствия движений музыке; карта наблюдений (точность элементов, слаженность в группе, попадание в музыку, соблюдение правила недели);
7.19	Тема 19: «Сценическая практика: работа над выразительностью»	0,25	0,75	1	средства выразительности в танце (мимика, взгляд, жесты, поза, динамика движений); связь образа и музыки (характер мелодии задаёт настроение); игровые ориентиры («глаза рассказывают историю», «руки поют вместе с музыкой»); карта наблюдений (выразительность взгляда и жестов, соответствие образу и музыке, внимание к окончанию музыки, старание показать характер)

7.20	Тема 20: «Безопасность и комфорт на занятиях: правила и привычки»	0,25	0,75	1	базовые правила безопасности (спортивная форма и обувь, убрать украшения, собрать волосы, проверить пространство, не толкаться); карта наблюдений (соблюдение правил, дистанция и аккуратность в перемещениях, выполнение правила недели, реакция на сигналы педагога)
7.21	Тема 21: «Творческая лаборатория: придумываем свои движения»	0,25	0,75	1	как из знакомых элементов создавать свои движения (менять темп, амплитуду, направление, добавлять детали); карта наблюдений (оригинальность, попадание в музыку, старание пробовать новое, соблюдение правила недели)
7.22	Тема 22: «Повтор и закрепление: любимые номера и элементы»	0,25	0,75	1	важность повторения для отработки техники и уверенности в движениях; как улучшать знакомые элементы (следить за осанкой, чёткостью позиций, плавностью); карта наблюдений (точность и чистота элементов, выразительность, старание улучшить движение, соблюдение правила недели)
7.23	Тема 23: «Импровизация в заданном рисунке: круг, линия, диагональ»	0,25	0,75	1	что такое танцевальный рисунок (круг, линия, диагональ); как двигаться в рисунке, не нарушая строй (держат дистанцию, следят за ведущим, плавно меняют направление); карта наблюдений (сохранение рисунка, попадание в ритм, дистанция и ориентация в пространстве, соблюдение правила недели)

7.24	Тема 24: «Диалоги в движении: развиваем идею»	0,25	0,75	1	что такое «диалог в движении» (обмен движениями «вопрос-ответ» между партнёрами/группами); способы развития идеи (повторить с изменением — темпа, направления, амплитуды); карта наблюдений (очередность и внимание к партнёру, попадание в ритм, развитие идеи, соблюдение правила недели)
7.25	Тема 25: «Работа в подгруппах: мини-проект „Мой танец“»	0,25	0,75	1	сборка танца из знакомых элементов; распределение ролей в группе; важность общего ритма и единого финала; правило недели: «слушаем музыку до конца». карта наблюдений (взаимодействие, техника, попадание в музыку, соблюдение правила недели)
7.26	Тема 26: «Разбор видеозаписи: смотрим и улучшаем»	0,25	0,75	1	как анализировать движения на видео (чёткость позиций, попадание в ритм, выразительность); приёмы самокоррекции (замедлить, повторить, выделить сложный фрагмент); карта наблюдений (внимание при просмотре, способность назвать 1 плюс и 1 минус, старание исправить, соблюдение правила недели)
7.27	Тема 27: «Репетиция „как на сцене“: без музыки и под музыку»	0,25	0,75	1	этапы репетиции (фрагмент — связка — целый номер); правило недели: «слушаем музыку до конца», чтобы завершить номер как на выступлении. карта наблюдений (техника без музыки, попадание в ритм под музыку, выразительность, соблюдение правила недели)

7.28	Тема 28: «Праздник танца: итоговая встреча и рефлексия»	0,25	0,75	1	что освоили за период (основные понятия, любимые элементы, важные правила); ценность выступления и поддержки друг друга; карта наблюдений (эмоциональная вовлечённость, поддержка товарищей, старание показать лучшее, соблюдение правила недели)
Сумма по модулю		7	21	28	
Итого:		18	54	72	

3. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Всего учебных часов	Всего занятий в неделю
1 год	1 сентября 2026 г.	31 мая 2027 г.	36	72	72	2 раза по 50 минут

Пояснения к графику (для включения в программу)

- **Дата начала и окончания:** 1 сентября — традиционное начало учебного года в ДОУ; 31 мая — последний рабочий день перед летними каникулами.
- **Всего учебных недель — 36**
- **Всего учебных дней — 72:** при режиме 2 занятия в неделю получается ровно 72 занятий за 36 недель.
- **Всего учебных часов — 72:** каждое занятие длится 50 минут;
- **Каникулярные периоды:** зимние — 2 недели (конец декабря — начало января, с учётом новогодних праздников);
- **Резервные дни:** 4 занятия (заложены в общий план на случай карантинных, праздничных переносов, больничных педагога).

4. Содержание программы

Раздел 1. Ритмика и игоритмика (8 часов, темы 1–8)

Краткое описание содержания: раздел направлен на формирование у детей чувства ритма, умения слышать и воспроизводить темп, динамику, акценты и паузы в музыке. Через игровые формы дети осваивают базовые способы

передачи ритма (хлопки, шаги, притопы), учатся удерживать простую двигательную инструкцию из 3–4 шагов, ориентироваться в пространстве зала и взаимодействовать в парах и группе.

Задачи раздела:

- сформировать понимание базовых музыкальных понятий: темп, динамика, акцент, пауза;
- развить слуховое внимание и способность точно повторять ритмические рисунки;
- научить выполнять простые двигательные алгоритмы и работать по визуальным схемам;
- сформировать навыки парного и группового взаимодействия, доброжелательной обратной связи;
- создать эмоционально комфортную и безопасную среду для первых танцевальных проб.

Тема 1. «В ритме музыки: быстро и медленно» (1 час)

Теория: знакомство с понятием «темп» на доступных образах («мишка шагает медленно, зайчик скачет быстро»). Правило недели: «слушаем музыку до конца, не перебиваем».

Практика: ходьба и бег в двух темпах; игра «Эхо» (повторение ритмического рисунка из 4 ударов); образные движения «тяжёлые шаги медведя» и «лёгкие прыжки зайчика»; мини-рефлексия (2 вопроса: «какой темп тебе больше понравился?», «что было сложнее повторить?»).

Контроль: карта наблюдений (ритм, внимание, выполнение правила недели, эмоциональная вовлечённость).

Тема 2. «Паузы и акценты» (1 час)

Теория: что такое пауза (тишина в музыке) и акцент (выделенный, более громкий звук). Пример: «музыка говорит: топ — топ — тишина — топ; в тишине мы замираем».

Практика: хлопки с паузами (3 хлопка + пауза, 2 хлопка + длинная пауза); игра «Замри!» на акцент; этюд «дождь» (лёгкие частые хлопки и редкие сильные удары); самооценка по чек-листу («я слушал», «я не торопился», «я попал в паузу»).

Контроль: точность попадания в паузы и акценты, соблюдение правил игры, уровень самостоятельности.

Тема 3. «Ритм в парах: повторяем и договариваемся» (1 час)

Теория: правила парной работы: «говорим по очереди», «помогаем друг другу», «если не получилось — пробуем ещё раз».

Практика: пары по очереди задают друг другу ритмические рисунки из 3 элементов (хлопок/шаг/притоп), второй участник повторяет; эстафета хлопков по кругу (каждый добавляет 1 элемент); мини-показ «мой ритм»; обсуждение «кто помог?», «что было трудно?».

Контроль: чек-лист парной работы (помощь, очередность, точность), карта наблюдений за доброжелательностью.

Тема 4. «Ритм и динамика: громко и тихо» (1 час)

Теория: понятие «динамика» (громко/тихо) через образы («громко — как гром», «тихо — как ветерок»).

Практика: шаги и хлопки в двух динамиках («громко — топаем», «тихо — шепчем и стучим пальчиком»); игра «Ветер: шёпот — ураган» (по сигналу меняем динамику); мини-этюда «Просыпается лес» (сначала тихо, потом громче); рефлексия «когда было интереснее: громко или тихо? Почему?».

Контроль: умение переключаться между динамиками, синхронность в группе, соблюдение правил безопасности.

Тема 5. «Ритмические цепочки: 3 шага подряд» (1 час)

Теория: алгоритм «слушай — запомни — повтори». Правило: «не торопимся, делаем по порядку».

Практика: цепочки из 3 действий (хлопок — шаг вперёд — притоп; шаг назад — хлопок — поворот); игра «Цепочка по кругу» (каждый добавляет действие); работа по карточкам-схемам; самопроверка по образцу («сравни с карточкой, всё ли совпадает?»).

Контроль: удержание 3 шагов без пропусков, точность следования образцу, уровень самостоятельности.

Тема 6. «Ритм по карточкам: читаем и стучим» (1 час)

Теория: как читать карточки-схемы: кружок = хлопок, квадрат = шаг, треугольник = притоп, линия = пройти вперёд.

Практика: чтение и воспроизведение простых схем из 4–6 символов; мини-эстафета (ребёнок берёт карточку, группа повторяет ритм); усложнение — добавляем паузу (пустой квадрат); парная проверка по критериям «чётко», «в ритм», «по схеме».

Контроль: точность чтения схемы, соответствие образцу, качество парной оценки.

Тема 7. «Ритм и пространство: двигаемся между ориентирами» (1 час)

Теория: ориентиры в зале («стена», «окно», «центр»). Правило безопасности: «не сталкиваемся, смотрим вперёд, соблюдаем дистанцию».

Практика: прохождение маршрута между конусами/лентами с хлопками на каждом ориентире; игра «Найди своё место» (после врассыпную быстро и спокойно встаём в круг); ритмическое движение с остановками («прошли 3 шага — хлопнули — замерли на 2 секунды»); мини-рефлексия («какой ориентир ты запомнил?», «что помогло не столкнуться?»).

Контроль: ориентировка в пространстве, соблюдение дистанции, безопасность перемещений.

Тема 8. «Мини-концерт: показываем ритмические этюды» (1 час)

Теория: правила выступления: «выходим спокойно», «смотрим вперёд», «показываем чётко», «благодарим аплодисментами».

Практика: показ 2–3 простых этюдов из пройденных элементов (ритм + образ); доброжелательная обратная связь по критериям «чётко», «в ритм», «образ понятен»; мини-выставка «Мои схемы» (дети выкладывают карточки, группа пробует повторить); итоговая рефлексия («что у меня получилось лучше всего?», «чему я хочу научиться дальше?»).

Контроль: видеофиксация, чек-лист выступления (ритм, синхронность, образность), отзывы детей и педагога.

Раздел 2. Партерная гимнастика (8 часов, темы 9–16)

Краткое описание содержания: раздел формирует базовые навыки безопасной работы на коврике, развивает гибкость, силу корпуса и подвижность стоп. Через образные задания дети осваивают простые упражнения на растяжку и укрепление мышц, учатся контролировать амплитуду, соблюдать дыхание и работать в парах с учётом правил безопасности.

Задачи раздела:

- обучить правилам безопасной работы на коврике и контролю амплитуды движений;
- развить гибкость, силу мышц корпуса, подвижность голеностопа и стоп;
- сформировать навык плавных переходов между упражнениями и правильного дыхания;
- отработать правила парного взаимодействия и взаимной страховки;

- закрепить привычку к самоконтролю и самооценке по простым критериям.

Тема 9. «Безопасные упражнения: старт» (1 час)

Теория: правила работы на коврике, дыхание, контроль амплитуды.

Практика: комплекс из 5 упражнений («кошечка», «лодочка», «бабочка», мягкие скручивания, растяжка стоп).

Контроль: наблюдение за техникой, карта прогресса.

Тема 10. «Гибкость и сила: усложняем комплекс» (1 час)

Теория: как правильно тянуть мышцы, зачем нужны паузы между упражнениями.

Практика: удержание позиций 3–5 секунд, плавные переходы, контроль дыхания.

Контроль: карта прогресса (амплитуда, удержание, плавность).

Тема 11. «Образы в гимнастике: кошка, лягушка, цветок» (1 час)

Теория: связь образа и движения («кошка тянется», «лягушка прыгает», «цветок раскрывается»).

Практика: игровые упражнения на гибкость и силу с образами; парная страховка в безопасных элементах; обмен ролями.

Контроль: техника, эмоциональная вовлечённость, доброжелательность в паре.

Тема 12. «Дыхание и расслабление: паузы между движениями» (1 час)

Теория: зачем нужны дыхательные паузы (регуляция эмоций и восстановление).

Практика: дыхательные паузы после каждого упражнения; мягкие переходы; игра «Сдуваем одуванчик».

Контроль: самочувствие детей, соблюдение пауз.

Тема 13. «Сила корпуса: безопасные варианты» (1 час)

Теория: правильная осанка в упражнениях; контроль положения спины.

Практика: упрощённые варианты «лодочки», планки на локтях, подъёмы ног по очереди.

Контроль: наблюдение за осанкой, отсутствие перенапряжения.

Тема 14. «Растяжка стоп и голеностопа» (1 час)

Теория: профилактика плоскостопия, подготовка к танцам.

Практика: мягкие растяжки стоп, перекаты с пятки на носок, «рисование» носком.

Контроль: карта прогресса (подвижность, амплитуда).

Тема 15. «Парная работа: помогаем и подсказываем» (1 час)

Теория: правила взаимодействия: «говорим спокойно», «показываем на себе», «не _____ тянем _____ сильно».

Практика: парные мягкие растяжки (без усилия), взаимная страховка, обмен ролями.

Контроль: чек-лист доброжелательности и безопасности.

Тема 16. «Итоговая мини-презентация: мой комплекс» (1 час)

Теория: повторение правил безопасности и критериев качества («плавность», «контроль», _____ «дыхание»).

Практика: демонстрация 4–5 любимых упражнений; самооценка по чек-листу; _____ фотофиксация.

Контроль: фотофиксация, самоконтроль, рефлексия.

Раздел 3. Танцевальная азбука (6 часов, темы 17–22)

Краткое описание содержания: в разделе дети осваивают базовые танцевальные элементы: шаги, поскоки, притопы, выставление ноги, позиции рук, простейшие перестроения и рисунки танца. Через короткие связки и работу с ориентирами формируются пространственная ориентация, чистота исполнения и умение соединять отдельные движения в мини-комбинации.

Задачи раздела:

- освоить базовые элементы (шаг с носка, лёгкий бег, поскоки, притопы, выставление ноги);
- изучить упрощённые позиции рук и научиться связывать их с образом;
- научиться выполнять простые перестроения (круг, колонна, врассыпную) по алгоритму;
- сформировать умение соединять 3–4 элемента в короткую связку;
- развивать пространственную ориентацию и соблюдение дистанции в группе.

Тема 17. «Базовые шаги: шаг с носка и лёгкий бег» (1 час)

Теория: правило «нога ставится с носка»; упрощённые позиции рук/ног.

Практика: шаг с носка, лёгкий бег; перестроения «врассыпную» и «в круг».

Контроль: выполнение по образцу, слаженность перестроений.

Тема 18. «Поскоки, притопы, выставление ноги» (1 час)

Теория: роль притопов и поскоков в ритме и выразительности.

Практика: поскоки в умеренном темпе; притопы на сильную долю; выставление _____ ноги _____ на _____ носок.

Контроль: чёткость, ритм, синхронность.

Тема 19. «Перестроения: круг, колонна, врассыпную» (1 час)

Теория: ориентиры в зале; алгоритм: «остановись — найди ориентир — встань на место».

Практика: эстафеты на перестроения; игра «Найди своё место».

Контроль: скорость и точность, соблюдение дистанции.

Тема 20. «Позиции рук: от простого к выразительному» (1 час)

Теория: подготовительная, 1-я, 2-я позиции рук; связь позиции и образа.

Практика: позиции рук по показу; этюды «птица», «волна», «фонарик».

Контроль: чистота позиций, выразительность.

Тема 21. «Простые танцевальные связки: 3–4 элемента» (1 час)

Теория: как соединять движения в связку; правило «сначала медленно».

Практика: связки из 3–4 элементов; видеофиксация мини-показа; разбор.

Контроль: ритм, синхронность, чистота.

Тема 22. «Мой рисунок танца: линии, круги, диагонали» (1 час)

Теория: что такое рисунок танца; простые схемы.

Практика: построение рисунков; разметка ориентиров; фотофиксация; карта наблюдений.

Контроль: точность, слаженность, ориентация в пространстве.

Раздел 4. Музыкально-ритмические игры и этюды (6 часов, темы 23–28)

Краткое описание содержания: раздел развивает способность передавать в движении характер музыки, выражать эмоции, импровизировать и выстраивать простые диалоги в танце. Через групповые этюды и парные задания формируются навыки совместной работы, умение слышать партнёра и проявлять творческую самостоятельность в рамках правил.

Задачи раздела:

- развить умение передавать характер музыки через движение и мимику;
- сформировать способность к импровизации в безопасных границах;
- освоить понятие «диалог в танце» (повтор, ответ, пауза);
- отработать навыки групповой работы и доброжелательной обратной связи;
- поддерживать интерес к творческому поиску и самовыражению.

Тема 23. «Игры на внимание: „Замри!“, „Эхо“» (1 час)

Теория: зачем нужно внимание в танце (слышать музыку и видеть партнёра).

Практика: серии игр на реакцию и точность; мини-показы лучших повторов.

Контроль: внимание, точность, эмоциональность.

Тема 24. «Мини-этюды в малых группах» (1 час)

Теория: правила групповой работы: «слушаем идею каждого», «пробуем вместе».

Практика: группы по 3–4 человека создают этюд (8 тактов) на образ.

Контроль: участие всех, доброжелательность, синхронность финала.

Тема 25. «Передача характера: ветер, дождь, солнце» (1 час)

Теория: музыка задаёт образ; связь характера музыки и движения.

Практика: этюды на образы (30–40 секунд); работа с мимикой и жестом.

Контроль: творческая подача, соответствие музыки и движения.

Тема 26. «Ритм и мимика: улыбаемся и грустим» (1 час)

Теория: эмоции в танце: радость, грусть, удивление.

Практика: мини-этюды с изменением мимики под одну музыку.

Контроль: эмоциональная выразительность, внимание к музыке.

Тема 27. «Диалоги в движении: я — ты» (1 час)

Теория: «диалог» в танце: повтор, ответ, пауза.

Практика: пары создают мини-диалог из 4 действий; показ и обратная связь.

Контроль: повтор, ответ, паузы, доброжелательность.

Тема 28. «Импровизация: танцую, как хочу» (1 час)

Теория: свобода в рамках правил: слушаем музыку, двигаемся безопасно, смотрим на партнёра.

Практика: индивидуальная импровизация под 1 фрагмент; мини-круг «покажи лучшее».

Контроль: самостоятельность, безопасность, вовлечённость.

Раздел 5. Элементы народного танца (8 часов, темы 29–36)

Краткое описание содержания: дети осваивают характерные элементы народного танца: шаги, притопы, «пружинку», хлопки, положения рук, простые рисунки (круг, линии). Через мини-номера и работу с реквизитом формируются чёткость, синхронность и выразительность исполнения, а также чувство принадлежности к коллективу.

Задачи раздела:

- освоить характерные элементы народного танца в безопасных вариантах;
- научиться соединять элементы в короткие связки и мини-номера;
- отработать построение народных рисунков (круг, линии) и слаженность группы;
- сформировать правила безопасного обращения с реквизитом;
- закрепить навыки самооценки и доброжелательной групповой оценки.

Тема 29. «Шаги и хлопки: народный характер» (1 час)

Теория: Показать и назвать три варианта: бытовой шаг танцевальный шаг, хороводный шаг. Дать детям простые образы: «шагаем, как матрёшки на прогулке», «идём по мостику — носочки тянем».

Практика: соединение шага и хлопков: 4 шага вперёд — хлопок, 4 шага назад — притоп.

Контроль: Чек-лист для педагога: носок при шаге, мягкое колено, безопасные хлопки, попадание в сильную долю, соблюдение дистанции в круге.

Тема 30. «Притопы и „пружинка“: играем в народный танец» (1 час)

Теория: «пружинка» как мягкое покачивание на согнутых коленях; виды притопов (одиночный, двойной, шаг с притопом); связь характера движения с музыкой; правила безопасности (мягкие удары, дистанция, ровная спина).

Практика: разминка в народном характере; отработка «пружинки» и притопов отдельно и в связке; ритмические игры («Эхо», смена шага по сигналу); мини-связка на 8 тактов с «пружинкой», притопами и поклоном.

Контроль: осанка и мягкость коленей при движениях, безопасность и чёткость притопов, попадание в ритм, соблюдение дистанции; эмоциональная вовлечённость и самооценка через выбор смайлика.

Тема 31. «Усложняем связки: добавляем повороты и хлопки» (1 час)

Теория: виды поворотов (на месте, с продвижением) и безопасные амплитуды; варианты хлопков (в ладоши, по бёдрам, по коленям); принцип усложнения связки — добавлять по одному элементу; правила координации (голова — последней при повороте, хлопки — в сильную долю).

Практика: разминка с поворотами головы и корпуса; отработка поворотов и хлопков отдельно и в ритмических рисунках; соединение с ранее выученными шагами и «пружинкой»; мини-связка на 16 тактов с поворотом, хлопками и сменой направления по сигналу.

Контроль: чёткость и безопасность поворотов, попадание хлопков в ритм, согласованность движений в связке, соблюдение дистанции; самооценка через выбор смайлика и краткий ответ на вопрос «Что сегодня получилось лучше — поворот или хлопки?».

Тема 32. «Народный рисунок: круг и линии» (1 час)

Теория: основные танцевальные рисунки — круг (символ единства, движение по солнцу) и линии (ровные ряды, чёткие перестроения)

Практика: построение в круг и в линии под музыку; перестроения «круг — линии — круг», «две линии — шахматный порядок»; ходьба в круге с «пружинкой» и в линиях с притопами; мини-игра «Замри в рисунке»: по

сигналу дети мгновенно выстраиваются в круг или линию и замирают в образе «матрёшки».

Контроль: правильность построения и ровность линий/круга, соблюдение дистанции и слаженность при перестроениях, попадание в ритм, безопасность перемещений; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «В каком рисунке тебе было удобнее танцевать — в круге или в линии?».

Тема 33. «Характерные положения рук в народном танце» (1 час)

Теория: основные положения рук в народном танце (на поясе, в стороны, «воротики», «лодочка»); связь положения рук с образом и характером музыки; правила безопасной и выразительной работы рук (мягкие локти, открытые ладони, без резких рывков).

Практика: поочерёдная отработка положений рук под музыку; смена позиций по сигналу (хлопок, удар бубна); соединение положений рук с простыми шагами и «пружинкой»

Контроль: правильность и выразительность положений рук, согласованность с шагами и музыкой, соблюдение безопасной амплитуды движений; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «Какое положение рук тебе больше понравилось и почему?».

Тема 34. «Элементы с предметами: платочки и ленты (упрощённо)» (1 час)

Теория: базовые приёмы работы с платочками и лентами (махи, круги, лёгкие волны, передача по кругу); связь предмета с образом (платочек — крылышки/юбочка, лента — ручей/ветерок); правила безопасности (не размахивать над головой, держать на расстоянии от соседей, передавать спокойно).

Практика: отработка простых движений с платочком и лентой отдельно и под музыку; соединение с шагами и «пружинкой»; мини-этюды «Бабочка» (платочки), «Ручеёк» (ленты); игра «Передай предмет по кругу» в ритме музыки.

Контроль: безопасное и аккуратное обращение с предметами, выразительность образов, согласованность движений с музыкой, соблюдение дистанции; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «С каким предметом тебе было интереснее работать — с платочком или лентой?».

Тема 35. «Мини-номер: собираем народную связку» (1 час)

Теория: принцип построения танцевальной связки (вступление — основная часть — финал); как соединять знакомые элементы (шаги, притопы,

«пружинка», хлопки, положения рук) в единый рисунок; правила слаженной работы в группе (следить за ведущим, держать интервал, начинать вместе).

Практика: разбор мини-связки по частям (по 4 такта), постепенное соединение в связку на 16–32 такта; отработка выхода, основных элементов и поклона; прогон номера в линиях и в круге; корректировка синхронности и выразительности.

Контроль: чёткость и безопасность элементов, синхронность начала и окончания движений, выразительность образа и работа в группе; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «Что в номере у тебя сегодня получилось лучше всего — выход, середина или поклон?».

Тема 36. «Промежуточная диагностика: народный модуль» (1 час)

Теория: критерии оценки навыков (правильная осанка, чёткость элементов, попадание в ритм, слаженность в группе); правила безопасного исполнения движений и перестроений; структура показательного выступления (выход — номер — поклон).

Практика: выполнение базовых элементов (шаги, притопы, «пружинка», хлопки, положения рук) по отдельности; построение в круг и линии, перестроения по сигналу; показ мини-номера из ранее разученных связок; импровизация 2–4 тактов в народном характере.

Контроль: техника и безопасность элементов, синхронность и ориентация в пространстве, выразительность и эмоциональная включённость; фиксация результатов по чек-листу и индивидуальная обратная связь; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «Что у тебя получилось лучше всего, а над чем хочется ещё поработать?».

Раздел 6. Основы классического танца (игровая форма) (8 часов, темы 37–44)

Краткое описание содержания: через игровые аналоги классического экзерсиса дети осваивают позиции ног и рук, деми-плие, выставление ноги, подъёмы на полупальцы. Особое внимание уделяется осанке, плавности, чистоте линий и работе у опоры. Образность заданий помогает сохранить интерес и снизить напряжение.

Задачи раздела:

- освоить упрощённые позиции ног (1, 2, 6) и рук (подготовительная, 1, 2);
- научиться выполнять деми-плие и подъёмы на полупальцы с опорой;
- формировать навык плавных переходов и контроля осанки;

- связать классические элементы с выразительными образами (лебедь, цветок и т. п.);
- закрепить критерии самооценки: чистота, плавность, синхронность.

Тема 37. «Позиции ног: 1, 2, 6 (упрощённо)» (1 час)

Теория: упрощённые варианты 1-й (пятки вместе, носки слегка врозь), 2-й (ноги шире плеч, стопы параллельно или чуть развёрнуты) и 6-й (стопы параллельно, пятки и носки рядом) позиций; игровые образы для запоминания («ножки — как лучики», «ножки — как ровные дорожки», «ножки стоят рядышком»); правила безопасной работы (без форсированной выворотности, колени мягкие, спина ровная).

Практика: разминка с мягкой работой стоп и выравниванием осанки; поочерёдная отработка каждой позиции в медленном темпе с опорой на зрительные ориентиры (линии на полу, обруч); игра «Запомни и покажи»: педагог называет позицию — дети её принимают; соединение позиций в мини-связку на 8 тактов (переход из одной позиции в другую под спокойную музыку); игра «Замри»: по сигналу дети фиксируют заданную позицию.

Контроль: правильность положения стоп и коленей, сохранение ровной спины и баланса, умение быстро и точно принять нужную позицию, безопасная амплитуда движений; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «Какая позиция показалась самой удобной и почему?».

Тема 38 «Позиции рук: подготовительная, 1, 2» (1 час)

Теория: описание упрощённых позиций (подготовительная — руки округлённо опущены, 1-я — перед корпусом на уровне диафрагмы, 2-я — в стороны чуть ниже плеч)

Практика: разминка с мягкой работой плечевого пояса и выравниванием осанки; поочерёдная отработка каждой позиции под спокойную музыку

Контроль: правильность формы рук и положения плеч, плавность переходов между позициями, умение быстро и точно принять нужную позицию, отсутствие зажимов; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «Какая позиция показалась самой удобной и почему?».

Тема 39 «Выставление ноги вперёд на носок» (1 час)

Теория: упрощённое объяснение движения — нога плавно скользит вперёд, носок тянется, пятка не отрывается от пола; игровые образы («ножка тянется за конфеткой», «кошечка мягко выставляет лапку»)

Практика: разминка с мягкой работой стоп и выравниванием осанки; поочерёдное выставление ноги вперёд на носок у опоры или в кругу (сначала медленно, потом под спокойную музыку)

Контроль: вытянутый носок и скольжение стопы по полу, ровная спина и мягкое опорное колено, устойчивость и баланс, отсутствие перенапряжения; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «Что было легче — выставлять ногу или возвращаться обратно?».

Тема 40 «Подъёмы на полупальцы с опорой» (1 час)

Теория: упрощённое объяснение движения — плавный подъём на полупальцы и такое же плавное опускание; игровые образы («пружинка в стопе», «тянемся макушкой к солнышку»); правила безопасности (ровная спина, колени мягкие и над стопами, держаться за опору, не вставать на самые кончики пальцев, без рывков).

Практика: разминка с мягкой работой стоп и выравниванием осанки; поочерёдные подъёмы на полупальцы у опоры в I и II позиции (сначала без музыки, потом под спокойный ритм); игра «Замри на полупальцах»: по сигналу дети фиксируют положение на 2–3 секунды; мини-связка на 8 тактов — 2 подъёма — 2 мягких приседания («пружинка») — 2 шага вперёд; игра «Повторяй за педагогом»: смена темпа (медленно/умеренно) — дети подстраиваются.

Контроль: плавность подъёма и спуска, ровная спина и мягкие колени, устойчивость у опоры, отсутствие перенапряжения стоп; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «Что было сложнее — подниматься или опускаться, и почему?».

Тема 41 «Плавные связки: соединяем элементы» (1 час)

Теория: принцип плавного соединения движений (без резких остановок); игровые образы для переходов («как речка течёт», «как ленточка вьётся»); базовые элементы для связок (позиции ног/рук, полупальцы, выставление ноги на носок, «пружинка»); правила безопасности (ровная спина, мягкие колени, контроль пространства вокруг).

Практика: разминка с чередованием простых элементов; отработка плавных переходов между 2–3 движениями (например, позиция ног — подъём на полупальцы — мягкий спуск); мини-связки на 8 тактов из знакомых элементов под спокойную музыку; игра «Повторяй за солнышком»: педагог показывает связку из 3–4 движений, дети повторяют; игра «Собери свою связку»: дети по очереди добавляют по одному элементу к общей цепочке.

Контроль: плавность и непрерывность движений, правильная техника базовых элементов, ориентация в пространстве и соблюдение дистанции, выразительность и включённость в музыку; самооценка через выбор смайлика

и ответ на вопрос «Какой переход в связке получился самым красивым и почему?».

Тема 42 «Мини-экзерсис у опоры: деми-плие и переходы» (1 час)

Теория: деми плие (мягкое полуприседание с прижатыми к полу пятками); игровые образы («пружинка в коленях», «садимся на невидимый стульчик»); правила безопасности (ровная спина, колени над носками, пятки не отрывать, держаться за опору, без рывков); простые переходы между 1-й и 2-й позициями ног.

Практика: разминка с мягкой работой стоп и выравниванием осанки; деми плие в 1-й и 2-й позициях у опоры (сначала без музыки, потом под ровный ритм); переходы между позициями с контролем положения коленей и спины; мини-связка на 8 тактов — 2 деми плие — переход в другую позицию — 2 деми плие — мягкий шаг назад

Контроль: прижатые к полу пятки и направление коленей по линии носков, ровная спина и опущенные плечи, плавность и отсутствие рывков, устойчивость у опоры; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «В какой позиции деми плие давалось легче — в первой или второй — и почему?».

Тема 43 «Образ в классическом танце: лебедь, балерина, цветок» (1 час)

Теория: как через пластику передавать образы (лебедь — плавные линии и вытянутые руки, балерина — собранность и лёгкость, цветок — раскрытие и «распускание» движений); игровые ориентиры («шея — как у лебедя», «держим невидимую корону», «лепестки раскрываются медленно»); базовые выразительные средства (положение рук, осанка, взгляд, мягкие переходы).

Практика: разминка с плавными движениями рук и выравниванием осанки; поочерёдная отработка поз под разную музыку (медленная — для лебедя, изящная — для балерины, светлая — для цветка); мини-этюды по 8 тактов на каждый образ; игра «Угадай образ»: педагог показывает позу — дети называют образ; игра «Превращение»: по сигналу дети плавно переходят из одного образа в другой.

Контроль: выразительность и узнаваемость образа, плавность линий и переходов, правильная осанка и безопасное исполнение, эмоциональная включённость; самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «Какой образ тебе ближе и почему?».

Тема 44 «Промежуточная диагностика: классический модуль» (1 час)

Теория: критерии оценки базовых элементов (осанка, позиции ног и рук, техника деми плие, подъёмов на полупальцы, выставления ноги на носок);

правила безопасного исполнения движений; структура показательного фрагмента (выход — основная часть — поклон).

Практика: поочерёдное выполнение отдельных элементов (позиции ног/рук, деми плие у опоры, подъёмы на полупальцы, выставление ноги вперёд на носок); соединение 3–4 элементов в мини-связку на 8 тактов; показ фрагмента с соблюдением образа и характера музыки; мини-импровизация на 4 такта с использованием знакомых движений.

Контроль: точность и чистота исполнения базовых элементов, плавность переходов и синхронность в группе, выразительность образа и соответствие музыке, соблюдение правил безопасности; фиксация результатов по чек-листу (техника, артистизм, самостоятельность); самооценка через выбор смайлика и ответ на вопрос «Какой элемент получился лучше всего, а над чем ещё хочется поработать?».

Раздел 7. Постановка и сценическая практика (28 часов, темы 45–72)

Краткое описание содержания: раздел посвящён созданию и показу танцевального номера: от выбора музыки и разметки рисунка до генеральных репетиций, работы с реквизитом и финального выступления. Дети учатся планировать, распределять роли, поддерживать друг друга, а также справляться с волнением и соблюдать правила поведения на сцене.

Задачи раздела:

- научить выбирать музыку и выстраивать рисунок танца с учётом возможностей группы;
- сформировать навыки постановочной работы в подгруппах и коллективного обсуждения;
- отработать сценические правила (выход, поклон, поведение за кулисами);
- подготовить детей к выступлению и закрепить привычку доброжелательной поддержки;
- использовать резервные темы для повторения, углубления и подстраховки при пропусках.

Тема 45. «Музыка для номера: слушаем и выбираем» (1 час)

Теория: как выбрать музыку для танца: темп, характер, длительность, понятность образа. Критерии: «чтобы хотелось двигаться», «понятно, где начало и конец», «подходит по настроению».

Практика: слушание 3–4 фрагментов; голосование «нравится/не нравится»; обсуждение «почему подходит» (2–3 аргумента от детей).

Контроль: карта наблюдений (внимание при прослушивании, умение аргументировать выбор, доброжелательность в обсуждении).

Тема 46. «Рисунок танца: разметка и ориентиры» (1 час)

Теория: что такое рисунок танца (линии, круги, диагонали); ориентиры в зале (стена, окно, центр, конусы). Алгоритм: «остановись — найди ориентир — встань на место».

Практика: проба построения простых рисунков; разметка ориентиров лентами/конусами; отработка переходов между рисунками; фотофиксация.

Контроль: точность построения, слаженность переходов, соблюдение дистанции.

Тема 47. «Связка из 4–8 тактов: собираем номер» (1 час)

Теория: построение связки: начало — середина — финал; правило «сначала медленно, потом в ритме».

Практика: создание мини-связки в подгруппах по 3–4 человека; обмен связками и показ; разбор 1–2 ключевых моментов.

Контроль: ритм, синхронность, чистота исполнения, участие всех членов подгруппы.

Тема 48. «Работаем над нюансами: динамика, паузы, эмоции» (1 час)

Теория: паузы и смена динамики как средства выразительности; как показать эмоцию в танце (мимика, взгляд, поза).

Практика: прогон мини-номера с акцентами и паузами; работа над мимикой в 2–3 фрагментах; мини-показ «было — стало».

Контроль: выразительность, попадание в паузы, доброжелательная обратная связь по чек-листу.

Тема 49. «Реквизит и костюм: безопасность и образ» (1 час)

Теория: правила обращения с реквизитом: держим крепко, не задеваем других, возвращаем аккуратно; безопасная амплитуда движений.

Практика: пробы с платочками/лентами/лёгкими султанчиками; отработка движений без риска; распределение зон ответственности за реквизит.

Контроль: соблюдение правил безопасности, аккуратность, ответственность.

Тема 50. «Генеральные репетиции: исправляем нюансы» (1 час)

Теория: как работать с замечаниями: спокойно, по шагам, «замечание — проба — проверка».

Практика: прогон номера целиком; точечная корректировка проблемных мест; мини-разбор «что стало лучше».

Контроль: карта исправлений, самооценка по чек-листу, уровень слаженности.

Тема 51. «Работа с пространством сцены: выход и уход» (1 час)

Теория: правила поведения на сцене и за кулисами; алгоритм выхода и поклона; «выходим спокойно, смотрим вперёд, благодарим аплодисментами».

Практика: отработка выхода и поклона; репетиция переходов; мини-ситуации «забыл движение», «кто-то задержался».

Контроль: чёткость алгоритма, дисциплина, доброжелательность.

Тема 52. «Финальный прогон: как на концерте» (1 час)

Теория: психологическая подготовка: «мы старались, покажем лучшее», «если что-то пойдёт не так — продолжаем дальше».

Практика: полный прогон номера; работа над артистизмом и выразительностью; мини-рефлексия «что получилось».

Контроль: видеофиксация, чек-лист выступления, отзывы детей и педагога.

Тема 53. «Дополнительные репетиции и подстраховка» (1 час)

Теория: план «Б»: что делать, если кто-то забыл движение (продолжить, встать в круг, сделать простой шаг).

Практика: отработка запасных вариантов; поддержка друг друга в группе; мини-тренинг «спокойно и уверенно».

Контроль: готовность к непредвиденным ситуациям, сплочённость группы.

Тема 54. «Подготовка к концерту: реквизит и костюмы» (1 час)

Теория: финальная проверка реквизита; распределение ролей и зон ответственности; правила хранения и переноски.

Практика: проверка реквизита по чек-листу; репетиция в костюмах (если есть); финальные штрихи; мини-брифинг «кто за что отвечает».

Контроль: чек-лист готовности, ответственность, слаженность.

Тема 55. «Итоговый концерт/открытый урок: выступление» (1 час)

Теория: правила поведения на сцене: «выходим спокойно», «смотрим вперёд», «показываем чётко», «благодарим аплодисментами».

Практика: показ номера; вручение сертификатов/значков «Танцующая звёздочка»; мини-выставка «Мои движения» (фото/карточки).

Контроль: видеозапись, карта наблюдений, рефлексия «что запомнилось», отзывы родителей.

Тема 56. «Повторяем ритмические цепочки с усложнением»

Теория: усложнение цепочек до 4–5 действий; правило «медленно — точно — в ритм».

Практика: цепочки по кругу; работа по карточкам-схемам; парная проверка по критериям «чётко», «в ритм», «по схеме».

Контроль: точность чтения схемы, соответствие образцу, качество парной оценки.

Тема 57. «Гимнастика: любимые упражнения и новые варианты» (1 час)

Теория: техника безопасности при усложнении; контроль амплитуды и дыхания.

Практика: любимые упражнения + 1–2 новых безопасных варианта; плавные переходы; самоконтроль по чек-листу.

Контроль: техника, самочувствие, соблюдение пауз.

Тема 58. «Танцевальная азбука: закрепляем позиции и перестроения» (1 час)

Теория: алгоритмы перестроений; ориентиры в зале; правило «остановись — найди ориентир — встань на место».

Практика: эстафеты на точность и слаженность; мини-соревнования; отработка проблемных мест.

Контроль: скорость и точность, соблюдение дистанции, слаженность группы.

Тема 59. «Музыкально-ритмические этюды: новые образы» (1 час)

Теория: расширение палитры образов (огонь, лёд, волна, птица); связь характера музыки и движения.

Практика: новые этюды в подгруппах; показ и доброжелательная обратная связь; мини-выставка идей.

Контроль: творческая подача, соответствие музыки и движения, участие всех.

Тема 60. «Народный танец: повторяем связки и добавляем хлопки» (1 час)

Теория: чёткость и синхронность в народных элементах; роль хлопков в характере танца.

Практика: повторение пройденных связок; добавление хлопков и поворотов; мини-концерт «Любимые элементы».

Контроль: синхронность, чёткость, выразительность.

Тема 61. «Классический танец: чистота позиций и плавность переходов» (1 час)

Теория: внимание к деталям: линия, осанка, контроль; правило «медленно и точно».

Практика: экзерсис в медленном темпе; работа над чистотой позиций ног и рук; мини-связки из 3–4 элементов.

Контроль: чистота позиций, плавность, осанка.

Тема 62. «Постановка: собираем новый мини-номер из знакомых элементов» (1 час)

Теория: логика построения номера: начало, середина, финал; правило «сначала _____ медленно».

Практика: сборка номера в подгруппах из знакомых элементов; обмен и _____ мини-разбор.

Контроль: логика номера, ритм, синхронность, участие всех.

Тема 63. «Сценическая практика: работа над выразительностью» (1 час)

Теория: мимика, взгляд, поза как средства выразительности; правило «образ _____ быть _____ понятен _____ зрителю».

Практика: упражнения на выразительность; мини-прогоны с акцентом на эмоции; работа в парах «покажи — скажи, что видишь».

Контроль: эмоциональная выразительность, понятность образа, доброжелательность обратной связи.

Тема 64. «Безопасность и комфорт на занятиях: правила и привычки» (1 час)

Теория: основные правила безопасности; самоконтроль самочувствия; алгоритм «если стало некомфортно — скажи педагогу».

Практика: разбор ситуаций; мини-инструкции; самооценка по чек-листу «я в безопасности».

Контроль: понимание правил, готовность применять, самоконтроль.

Тема 65. «Творческая лаборатория: придумываем свои движения» (1 час)

Теория: творчество в рамках правил; уважение к идеям других; правило «каждая _____ идея _____ важна».

Практика: индивидуальные и групповые идеи; сборка мини-композиции; показ _____ и _____ поддержка.

Контроль: самостоятельность, доброжелательность, оригинальность.

Тема 66. «Повтор и закрепление: любимые номера и элементы» (1 час)

Теория: значение повторения для закрепления навыка; правило «повтор — лучший _____ помощник».

Практика: любимые связки и этюды; мини-концерт «Избранное»; рефлексия «чему _____ я _____ научился».

Контроль: уверенность в исполнении, чистота, выразительность.

Тема 67. «Импровизация в заданном рисунке: круг, линия, диагональ» (1 час)

Теория: импровизация в рамках рисунка и музыки; правило «слушаем музыку, двигаемся _____ безопасно, _____ смотрим _____ на _____ партнёра».

Практика: импровизация внутри круга/линии/диагонали; мини-показы; обмен впечатлениями.

Контроль: свобода в границах, внимание к музыке, безопасность.

Тема 68. «Диалоги в движении: развиваем идею» (1 час)

Теория: «диалог» в танце: повтор, ответ, пауза; правило «слушай партнёра, отвечай движением».

Практика: пары создают мини-диалог из 6–8 действий; показ и обратная связь; мини-конкурс «самый понятный диалог».

Контроль: повтор, ответ, паузы, доброжелательность.

Тема 69. «Работа в подгруппах: мини-проект „Мой танец“» (1 час)

Теория: планирование мини-проекта: идея, музыка, движения, рисунок, реквизит (если нужен).

Практика: подгруппы по 3–4 человека планируют и показывают мини-танец; мини-защита проекта (1 фраза «наш танец про...»).

Контроль: планирование, участие всех, слаженность, доброжелательность.

Тема 70. «Разбор видеозаписи: смотрим и улучшаем» (1 час)

Теория: зачем нужен разбор видео: «чтобы увидеть, как мы выглядим со стороны».

Практика: просмотр фрагмента номера; поиск 1–2 сильных сторон и 1 места для улучшения; мини-коррекция.

Контроль: умение видеть сильные стороны и зоны роста, доброжелательность.

Тема 71. «Репетиция „как на сцене“: без музыки и под музыку» (1 час)

Теория: важность репетиции в разных условиях; правило «если получилось без музыки — под музыку будет легче».

Практика: прогон без музыки (счёт вслух); прогон под музыку; мини-разбор «что изменилось».

Контроль: стабильность исполнения, уверенность, синхронность.

Тема 72. «Праздник танца: итоговая встреча и рефлексия» (1 час)

Теория: подведение итогов: чему научились, что было самым интересным, что хотим повторить.

Практика: мини-концерт лучших фрагментов; вручение грамот/значков; «дерево пожеланий» (дети приклеивают листочки с одной фразой).

Контроль: рефлексия, эмоциональный отклик, итоговые фото/видео.

5. Воспитание

Цель воспитательного компонента программы

Цель воспитательного компонента программы по хореографии для детей 5–7 лет в ДОУ — формирование у дошкольников комплекса социально значимых качеств и культурных практик через танцевально-двигательную деятельность.

Ключевые целевые направления

- **Воспитание культуры движения и эстетического вкуса.** Ребёнок учится воспринимать красоту пластики, ценить выразительность и точность движений, отличать гармоничное от небрежного. Сюда же относится освоение элементарных норм танцевального этикета (поклон в начале и конце, аккуратное обращение с костюмами и реквизитом). Учитывая ваш интерес к структурированию задач, это удобно фиксировать как отдельный блок правил и ритуалов занятия.
- **Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни и заботе о теле.** Через регулярные упражнения, партерную гимнастику и контроль осанки у ребёнка складывается понимание, что движение — это ресурс, а не нагрузка «любой ценой». Важен акцент на безопасной технике и самочувствии: не «терпеть боль», а чувствовать растяжение и усталость как нормальную часть тренировки.
- **Развитие нравственно-волевых качеств.** В танце ребёнок сталкивается с необходимостью повторять, исправлять, стараться: так тренируются трудолюбие, терпение, настойчивость, умение доводить начатое до конца. Для возрастной группы 5–7 лет — особенно важно, потому что именно в этот период формируется способность к произвольной регуляции поведения.
- **Воспитание навыков сотрудничества и эмпатии.** Коллективные танцы, работа в парах, перестроения и общий рисунок номера требуют слышать и видеть других, соблюдать дистанцию, не мешать, поддерживать. Цель — не просто синхронность, а осознанное чувство «мы»: умение радоваться успеху товарища и спокойно воспринимать замечания педагога.
- **Эмоциональная регуляция и сценическая культура.** Выступления на утренниках и открытых занятиях помогают ребёнку учиться управлять волнением, принимать внимание публики, отделять «я ошибся» от «я плохой». Это снижает тревожность и укрепляет уверенность в себе.
- **Приобщение к культурному многообразию.** Через элементы народных, классических и современных танцев ребёнок знакомится с

традициями разных народов, учится уважать «иное» и видеть общее в разных танцевальных языках.

- Пробуждение творческой самостоятельности и ответственности. Задания на импровизацию, подбор движений к образу, участие в создании мини-этюдов развивают способность к самостоятельному выбору и принятию решений. Ответственность проявляется в запоминании комбинаций, соблюдении правил безопасности, бережном отношении к пространству и партнёрам.

Формы и методы воспитательной работы:

Организационные формы (как и когда это происходит):

- Регулярные занятия по плану. Основная форма: 2 раза в неделю, с чёткой структурой (ритуал начала/конца, разминка, основная часть, рефлексия). Это воспитывает дисциплину и предсказуемость.
- Групповые и подгрупповые задания. Работа в парах, тройках, линиях, кругах. Так тренируют чувство «мы», умение слышать партнёра и держать общий рисунок.
- Открытые занятия и концерты. Выступления перед родителями и другими группами, формируют сценическую культуру, снижает тревожность и даёт опыт публичного результата.
- Тематические праздники и мини-спектакли. Сюжетные постановки усиливают образное мышление и мотивацию.
- Совместные обсуждения и рефлексия. В конце занятия 2–3 минуты на «что сегодня получилось лучше всего» и «что было сложно», учат осознанности и адекватной самооценке.

Методы воспитательной работы

Наглядные методы:

- Показ педагога с пояснением образа. Не просто «сделай так», а «шагаем, как важные пингвины» или «руки, будто крылья». Для 5–7 лет образ важнее технической терминологии.
- Видеофрагменты и фото. Короткие ролики с простыми танцами, чтобы дети увидели, как это выглядит в группе.
- Атрибуты и реквизит. Платочки, ленты, обручи, маски — они усиливают вовлечённость и бережное отношение к вещам.

Словесные методы:

- Образные сравнения и метафоры. «Пружинка, как мячик», «носки тянем, будто хотим достать до солнышка».
- Короткие беседы о музыке и танцах. 3–5 минут на тему «какой характер у этой музыки», «почему в этом танце все двигаются вместе».
- Правила и ритуалы в понятной форме. Например, «перед началом — поклон, это как „здравствуйте“ в танце».

Практические методы (ребёнок делает и проживает):

- Игровые упражнения и сюжетные этюды. «Мы — листочки, ветер дует», «мы — котята, крадёмся тихо». Игра сохраняет мотивацию и снижает страх ошибки.
- Партерная гимнастика в игровой форме. Упражнения на полу, где развивают гибкость и силу, но подаются как «секретные тренировки танцоров».
- Музыкальные игры на внимание и ритм. Хлопки по ритму, смена движения по сигналу, «замри-отомри». Это тренирует самоконтроль и слуховую ориентацию.
- Импровизация по заданию. «Придумай 3 движения для зайчика», «покажи, как идёт дождь». Так развивают творческое мышление и смелость пробовать новое.
- Постепенное усложнение и «лестница успеха». Сначала простая комбинация из 3 движений, потом из 4–5. Ребёнок видит свой прогресс и учится доводить дело до конца.

Методы стимулирования и поддержки:

- Ситуации успеха. Задания, где каждый может быть «хорошим» в чём-то: один лучше держит линию, другой выразительнее передаёт образ.
- Позитивная обратная связь с опорой на факт. «Ты сегодня не забыл поворот на третьей фразе — это сложно, молодец». Конкретика важнее общих похвал.
- Дифференцированные варианты. Для тревожных детей — упрощённые роли (замыкающий, помощник), для активных — более сложные связки. Так сохраняется баланс нагрузки и вовлечённости.
- Коллективная ответственность. Общие правила: «следим, чтобы никто не сталкивался», «помогаем тем, кто забыл движение». Это укрепляет доброжелательную атмосферу.

6. Планируемые результаты

В области обучения:

Двигательно-технические навыки:

- освоение базовых передвижений и элементов. Ребёнок уверенно выполняет шаг с носка, приставной шаг, боковой галоп, подскоки, лёгкий бег с разной динамикой; делает элементы партерной гимнастики (наклоны, «кошечка», «лодочка», растяжка стоп и ног в безопасной амплитуде).
- пространственная ориентировка и рисунок танца. Ребёнок строит и перестраивается (круг, колонна, шеренга, «змейка»), занимает своё место в групповом рисунке, меняет направление по сигналу.
- базовые позиции и лексика разных стилей. Ребёнок знает и применяет упрощённые позиции рук и ног, элементы классического (наклоны, повороты корпуса), народного (притопы, «ковырялочка»), эстрадного танца.

Музыкально-ритмическая грамотность

- синхронность и фразировка. Ребёнок начинает и заканчивает движение вместе с музыкальной фразой.
- различение характера, темпа, динамики и отражение их в движении. Ребёнок меняет качество шага/прыжка под музыку («мягко как котёнок» / «бодро как зайчик»).
- воспроизведение ритма и чувство размера. Ребёнок хлопает/притопывает простые ритмические рисунки (4–6 ударов), чувствует размер 2/4, 3/4, 4/4 в детских мелодиях.

Исполнительские и творческие умения

- исполнение комбинаций и партий в номере. Ребёнок воспроизводит танцевальную связку из 4–6 движений после 1–2 показов, танцует свою партию в групповом номере.
- передача образа и выразительность. Ребёнок использует мимику, жесты, изменение скорости/качества движения, чтобы показать образ («листочек», «робкий зайчик»).
- импровизация и комбинирование. Ребёнок придумывает 3–5 собственных движений под знакомую музыку, собирает из знакомых элементов новую последовательность.

В области воспитания:

Культура движения, эстетика и этика

- правильная осанка и бережное отношение к телу. Ребёнок удерживает корпус прямым, плечи опущены, шея не напряжена; понимает, что движение должно быть безопасным.
- танцевальный этикет и аккуратность. Ребёнок выполняет поклон в начале и конце занятия/выступления, бережно обращается с реквизитом (ленты, платочки, маски), соблюдает правила поведения в зале.

Нравственно-волевые и регулятивные качества

- трудолюбие, настойчивость, умение доводить до конца. Ребёнок повторяет связку, старается исправить ошибку после замечания, выдерживает нагрузку занятия.
- эмоциональная регуляция и сценическая культура. Ребёнок спокойнее реагирует на волнение перед выступлением, отделяет «ошибся в движении» от «я плохой», принимает внимание публики.

Социально-коммуникативные навыки

- работа в паре и группе, чувство «мы». Ребёнок соблюдает дистанцию, двигается согласованно, не мешает другим, реагирует на сигналы педагога.
- доброжелательность, поддержка, коллективная ответственность. Ребёнок позитивно комментирует работу партнёра (по образцу педагога), помогает тем, кто забыл движение, ответственно относится к своей роли в номере.

Приобщение к культуре и ценностные установки

- уважение к многообразию культур через танец. Ребёнок проявляет интерес к элементам народных танцев, замечает отличия в характере движений разных стилей.
- ценностное отношение к здоровому образу жизни и творчеству. Ребёнок воспринимает движение как ресурс, а не как нагрузку; пробует новое, не боится ошибаться.

7. Ресурсное обеспечение

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог, имеющий соответствующую квалификацию.

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в групповом помещении, которое соответствует требованиям СанПиН, безопасно и оснащено для разных видов деятельности. Для успешной реализации программы необходимо использовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, концерты, творческие отчеты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т. д. Кроме того, необходимы следующие средства обучения:

- Светлый и просторный зал.
- Музыкальная аппаратура.
- Сценические костюмы.
- Реквизит для танцев.

В образовательном процессе используются следующие методы по способу организации занятий:

- словесный (рассказ, беседа, анализ проделанной работы);
- наглядный (показ иллюстраций, образцов, пособий, приемов работы педагогом, работа по образцу, наблюдение);
- практический (показ хореографических движение и выполнение их обучающимися, творческие задания).

По способу усвоения изучаемого материала:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы практической деятельности.

В рамках одного занятия педагогом используется столько форм занятий и методов обучения, сколько необходимо для реализации поставленных цели и задач.

8. Список литературы

1. А.И. Буренина “Ритмическая мозаика” (программа по ритмической пластике для детей), С-П. 2000г.
2. Л.А. Слуцкая “Музыкальная мозаика” (хореография в детском саду) М.:ЛИНКА_ПРЕСС, 2006г.
3. Т.А. Барышникова “Азбука хореографии” (методические указания в помощь педагогам детских хореографических коллективов), С-П. 2010г.
4. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина “Танцевально-игровая гимнастика “Са-фи-дансе” (учебно-методическое пособие),С-П. 2000г.
5. Е. Зарецкая “Танцы для детей” М. - Айрис – Пресс, 2003г.