

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА  
«ГОРОД КАЛИНИНГРАД»  
Комитет по образованию  
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
города Калининграда детский сад № 129

Россия, 236013, Калининградская область,  
г.Калининград, ул.Алданская 22в

Электронная почта: [ds129@edu.klgd.ru](mailto:ds129@edu.klgd.ru)  
73-60-53; 73-60-54; 73-60-58

Программа рассмотрена и одобрена на  
заседании педагогического совета  
МАДОУ д/с №129  
Протокол от «08» августа 2024г. № 1



Утверждаю  
Заведующий МАДОУ д/с №129  
Е.В. Манчук  
Приказ от «08» августа 2024 г. № 197-о/в

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

**Возрастная категория: 6-7 лет**  
**Срок реализации: 9 месяцев**  
**Составитель программы:**  
педагог дополнительного образования  
**Лебедева Ирина Александровна**

г. Калининград, 2024.

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Грация» имеет художественную направленность.

#### **Актуальность программы**

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

#### **Отличительная особенность**

Активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий.

#### **Новизна программы**

Заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников.

**Адресат программы:** дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 6-7 лет, посещающих детский сад № 129.

#### **Объем и срок освоения программы предусматривает:**

Срок освоения программы: 9 месяцев - 72 часа.

**Форма обучения** - очная.

#### **Особенности организации образовательного процесса:**

Набор детей в объединение свободный. Группа обучающихся одного возраста, состав группы постоянный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 10-15 человек.

#### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов – 72. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 30 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа.

#### **Педагогическая целесообразность**

Обучение детей по данной программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей.

Целесообразность данной программы состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. 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.

#### **Практическая значимость.**

В процессе обучения по данной программе обучающиеся знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

**Цель программы** – выявление и раскрытие творческих способностей детей посредством хореографического искусства.

#### **Задачи программы:**

##### Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

##### Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

##### Воспитательные:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

#### **Принципы отбора содержания.**

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

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

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

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

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

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

- Принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий).

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

- Принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков).

- Принцип многократного повторения изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

### **Планируемые результаты освоения Программы.**

В результате освоения программы дети будут знать и уметь:

- Знать особенности назначения отдельных упражнений хореографии.
- Уметь выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.
- Выразительно, свободно, самостоятельно двигаться под музыку.
- Проявлять желание двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ.
- Уметь точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности.
- Владеть навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях.

- Уметь выполнять танцевальные движения: прямой галоп; пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах, поочерёдное выбрасывание ног вперёд, приставной шаг с приседанием; с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд.
- Выполнять танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами).
- Знать основные танцевальные позиции рук и ног.
- Уметь выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку.

#### **Механизм оценивания образовательных результатов.**

| <b>Критерии</b>            | <b>Высокий уровень</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Средний уровень</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Низкий уровень</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Музыкальность</b>       | <p>1. Слушает внимательно до конца муз. отрывок. Умеет высказаться о характере и темпе данного отрывка.</p> <p>2. Двигается в соответствии с характером музыки.</p> <p>3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии</p> <p>4. Чувствует метрическую пульсацию и двигается в соответствие с ней.</p> | <p>1. Слушает муз. отрывок, отвлекаясь. Высказывается о характере и темпе данного отрывка с помощью наводящих вопросов.</p> <p>2. Не всегда двигается в соответствие с характером музыки.</p> <p>3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии с подсказкой.</p> <p>4. Не всегда чувствует метрическую пульсацию и двигается в соответствие с ней.</p> | <p>1. Не может дослушать муз. отрывок до конца, все время отвлекается. С трудом высказывается о характере и темпе данного отрывка.</p> <p>2. Двигается под музыку не в характере.</p> <p>3. Не узнает на слух знакомые танцевальные мелодии.</p> <p>4. Не чувствует метрическую пульсацию, двигается не ритмично.</p> |
| <b>Двигательные навыки</b> | <p>1. Легко координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях.</p> <p>2. Ориентируется в пространстве, знает «право-лево», «ближе-дальше» по отношению к</p>                                                                                                                                  | <p>1. Координация рук и ног в танцевальных упражнениях затруднена.</p> <p>2. Не всегда ориентируется в пространстве. Путаёт «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад».</p>                                                                                                                                                                            | <p>1. не координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях.</p> <p>2. Не ориентируется в пространстве. Не знает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад».</p>                                                                                                                                            |

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                               | <p>предметам, не путает « вперед-назад.»</p> <p><b>3.</b> Точно выполняет предложенные танцевальные движения.</p> <p><b>4.</b> Пластично двигается в медленном темпе</p>                                                                                                                                   | <p><b>3.</b> Выполняет предложенные танцевальные движения с ошибками.</p> <p><b>4.</b> Испытывает трудность при выполнении плавных движений в медленном темпах.</p>                                                                                                                                             | <p><b>3.</b> Коряво и не точно выполняет предложенные танцевальные движения.</p> <p><b>4.</b> Двигается не пластично.</p>                                                                                                                                                                        |
| <b>Эмоциональная сфера</b>    | <p><b>1.</b> Выразительно и эмоционально исполняет образные движения.</p>                                                                                                                                                                                                                                  | <p><b>1.</b> Немного скован, не всегда проявляет эмоции при исполнении образных движений.</p>                                                                                                                                                                                                                   | <p><b>1.</b> Не эмоционально и вяло исполняет образные движения.</p>                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Творческие проявления</b>  | <p><b>1.</b> Легко и с удовольствием импровизирует под музыку предложенные игровые ситуации и образы животных.</p> <p><b>2.</b> Активно помогает придумывать танцевальные движения в соответствии с задуманным образом.</p>                                                                                | <p><b>1.</b> Импровизирует предложенные игровые ситуации и образы животных по образцу.</p> <p><b>2.</b> Не проявляет инициативу в придумывании танцевальных движений.</p>                                                                                                                                       | <p><b>1.</b> Отказывается или не может импровизировать предложенные игровые ситуации и образы животных.</p> <p><b>2.</b> Не помогает придумывать танцевальные движения.</p>                                                                                                                      |
| <b>Коммуникативные навыки</b> | <p><b>1.</b> Умеет правильно пригласить (проводить), приветствовать партнера, встать красиво в пару и сохранять это положение на протяжении всей композиции( танца).</p> <p><b>2.</b> Уважительно относится к товарищам, не толкается, соблюдает очередность и дистанцию. Сохраняет спокойствие, когда</p> | <p><b>1.</b> Не всегда правильно приглашает(проводит), приветствует партнера. В паре не может сохранять положение до конца композиции ( танца).</p> <p><b>2.</b> Не всегда проявляет чувство такта по отношению к товарищам, торопиться, не соблюдает очередность. Не может долго сохранять спокойствие при</p> | <p><b>1.</b> Не умеет правильно пригласить(проводить) партнера, забывает приветствовать его. Не держит позицию « партнер-партнерша» в композиции ( танце).</p> <p><b>2.</b> Неуважительно относится к товарищам, толкается, не соблюдает очередность. Требуется повышенного внимания к себе.</p> |

|  |                                                  |                             |  |
|--|--------------------------------------------------|-----------------------------|--|
|  | внимание педагога направлено на другого ребенка. | отсутствии к себе внимания. |  |
|--|--------------------------------------------------|-----------------------------|--|

### Формы подведения итогов реализации программы

Подведение итогов реализации программы осуществляется в форме выступления на детских развлечениях и праздниках, на городских конкурсах и фестивалях. Также проводятся открытые занятия для детей других групп и родителей в течение года.

### Учебный план

| №     | Наименование разделов программы       | Количество часов |          |       |
|-------|---------------------------------------|------------------|----------|-------|
|       |                                       | Теория           | Практика | Всего |
| 1     | Упражнения для развития техники танца | 1                | 17       | 18    |
| 2     | Ритмические упражнения и игры         | 1                | 17       | 18    |
| 3     | Коллективно-порядковые упражнения     | 1                | 17       | 18    |
| 4     | Танцевальные элементы и композиции    | 1                | 17       | 18    |
| Итого |                                       | 4                | 68       | 72    |

### Содержание разделов Программы

#### Раздел 1. Упражнения для развития техники танца

##### *Исполнение классического танца*

- Полное приседание и подъем на полупальцах во всех позициях.
- Поднимаясь на полупальцы, руки поднять в третью позицию.
- Круговое движение ногой по полу вперед – назад на полуприседание (рон де жамб пар терр ан деор и ан дедан).
- Круговое движение ногой в воздухе (рон де жамб ан лер).
- Двойной ударный бросок (дубль фраппе) в сторону – вперед – назад.
- Медленное поднимание ноги (релеве лан) крестом на 90 градусов.
- Постепенное разгибание ноги (девелоппе) крестом на 90 градусов.
- Большой бросок ноги (гран батман жете) в сочетании (пике) в положении эффасе и круизе.

##### *Исполнение народно-сценического танца*

- Комбинированные движения для ног, корпуса, рук и головы (танлие) вперед – назад.
- Закрытое движения (сиссон ферме) и открытое движение (сиссон увер).
- Наклоны (пор де бра) в различных комбинациях и позах.

- Тан леве соте в положении сюр ле ку-де-пье, в позе арабеска на 45 градусов.
- На середине зала дети исполняют различные комбинации из выученных упражнений классического танца:
  - Жете в сочетании с тан леве.
  - Па елеве в сочетании с па де бурре.
- Разучивают элементы и этюды народных танцев, а также отдельные движения и комбинации, входящие к запланированным танцам (постановкам).

## ***Раздел 2. Ритмические упражнения и игры***

- Ритмико-гимнастические упражнения общеразвивающего плана.
- Упражнения на координацию движений.
- Упражнения на расслабление мышц.
- Упражнения с детскими музыкальными инструментами.
- Игры под музыку

## ***Раздел 3. Коллективно-порядковые упражнения***

- Построение в шахматном порядке.
- Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом на пятках, держа ровно спину.
- Построение в колонну по три.
- Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой на шаг назад.
- Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.
- Перестроение из простых и концентрических кругов в «звездочки» и «карусели».
- Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.
- Сохранение правильной дистанции во всех видах построений.
- Выполнение движений с предметами более сложных, чем в предыдущих группах.

## ***Раздел 4. Танцевальные элементы и композиции***

- Повторение элементов танца по программе старшей группы.
- Шаг на носках, шаг польки.
- Широкий, высокий бег.
- Сильные поскоки, боковой галоп.
- Хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков).
- Элементы русской пляски.
- Подготовка к веревочке (в характере украинского танца).
- Движения парами.
- Выбивание дроби полупальцами и пяткой по полу.
- Присядки (для мальчиков).
- Вертушки (для девочек).

- Танцы и хореографические композиции, согласно репертуарного плана.

### Календарный учебный график

| № п/п                  | Содержание                                                 |                              |
|------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 1                      | Возрастная группа                                          | Старшая группа<br>(5-6 лет)  |
| 2                      | Режим работы<br>МАДОУ д/с № 129                            | 7.00-19.00                   |
| 3                      | Начало реализации<br>программы                             | 09.09.2024 года              |
| 4                      | Окончание реализации<br>программы                          | 06.06.2025 года              |
| 5                      | Количество недель<br>реализации<br>программы               | 36                           |
| 6                      | Количество занятий в<br>неделю                             | 2                            |
| 7                      | Продолжительность<br>занятий                               | Не более 25 минут            |
| 8                      | Время проведения                                           | 2 половина дня               |
| 9                      | Сроки проведения<br>каникул                                | 01.01.2023 г.- 08.01.2024 г. |
| 10                     | Сроки проведения<br>Дней открытых дверей                   | 29.12.2024 г.- 08.01.2025 г. |
| 11                     | Сроки проведения<br>промежуточный и<br>итоговой аттестации | 16.12.2024г.<br>20.05.2025г. |
| <i>Праздничные дни</i> |                                                            |                              |
|                        | День народного<br>Единства                                 | 04.11.2024г.                 |
|                        | Новогодние праздники<br>и Рождество Христово               | 29.12.2024 г.- 08.01.2025 г. |
|                        | День Защитника<br>Отечества                                | 23.02.2025г.                 |
|                        | Международный<br>женский день                              | 08.03.2025г.                 |
|                        | Праздник Весны и<br>Труда                                  | 01.05-04.05.2025г.           |
|                        | День Победы                                                | 08.05.2025г.- 11.05.2025г.   |
|                        | День России                                                | 12.06.-15.06.2025г.          |

### Организационно-педагогические условия реализации программы Кадровое обеспечение реализации программы.

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу,

должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование, либо дополнительное профессиональное образование соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу и опыту работы.

### **Материально-техническое обеспечение.**

#### **Специализированные учебные помещения**

| № п./п. | Наименование и принадлежность помещения | Площадь (кв.м.) |
|---------|-----------------------------------------|-----------------|
| 1.      | Музыкальный зал                         | 75              |
| 2.      | Театральная студия                      | 56,5            |

#### **Основное учебное оборудование**

| № п/п | Наименование                 |
|-------|------------------------------|
| 1.    | Музыкальный центр 2 шт.      |
| 2.    | Электропианино 2 шт.         |
| 3.    | Портативная акустики 1 шт.   |
| 4.    | Микрофон головной 2 шт.      |
| 5.    | Микрофон 2 шт.               |
| 6.    | Ноутбук 1шт.                 |
| 7.    | Мультимедийный проектор 1шт. |
| 8.    | Экран 1 шт.                  |

#### **Аудио-видео материалы**

| № п/п | Наименование               |
|-------|----------------------------|
| 1.    | Фонограммы к занятиям      |
| 2.    | Детские песни              |
| 3.    | Аудиозаписи шум леса       |
| 4.    | Аудиозаписи голоса птиц    |
| 5.    | Аудиозаписи диких животных |
| 6.    | Фонограммы детских песен   |

#### **Методическое обеспечение**

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкальноритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные народно-тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметам: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

**Организационно-методические пояснения по проведению занятий с детьми.**

*Занятие строится по следующей схеме:*

- подготовительная часть,
- основная часть,

- заключительная часть.

I. *Подготовительная часть* занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (*строевые, общеразвивающие упражнения*); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (*танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы*); музыкально- ритмическая композиция.

II. *Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические и бальные танцы, гимнастика.

III. *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

## Список литературы

### Нормативно-правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 г. № 599.

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 г. № 597.

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. об утверждении правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Для педагогов дополнительного образования и родителей:

1. Азбука хореографии – Барышникова Т.;
2. Ритмическая мозаика - Буренина А.И.;

3. «Танцевальная мозаика» - хореография в детском саду – Слуцкая С.Л.;
4. Ладушки «Потанцуй со мной дружок» - Каплунова И., Новоскольцева И.;
5. «Са-фи-дансе» -танцевально-игровая гимнастика для детей – Фирилёва Ж.Ё., Сайкина Е.Г.;
6. Танцевальная ритмика – Суворова Т.;
7. «Расскажи стихи руками» - Егоров В.