

**Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение  
детский сад «Семицветик» с. Чигири**

**ПРИНЯТО:**

Решением Педагогического Совета

МДОАУ детский сад «Семицветик»

Чигири

Протокол № 3 от «11» августа 2025 года



**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий МДОАУ детский сад

«Семицветик» с. Чигири

*Т.В. Зелинская* /Т.В. Зелинская/

«11» августа 2025 г

**Дополнительная образовательная программа  
«Хореография»**

Направленность: художественная

Уровень: базовый

Срок реализации программы: 1 год (2025 - 2026 уч. г.)

Количество учебных недель: 72

Количество учебных часов: 72

Категория и возраст обучающихся: 6 – 7 лет

Руководитель:

Шильникова В.И.,

педагог дополнительного образования

2025 г.

## **Пояснительная записка**

Программа «Обучение хореографии» детей 6-7 лет, является неотъемлемой частью дополнительной общеобразовательной программы муниципального дошкольного автономного образовательного учреждения детского сада «Семицветик» с. Чигири

**Направленность Программы:** художественная.

**Новизна Программы:** в данной программе совмещены и сбалансированы не только упражнения для формирования танцевальной техники и постановка танцевальных номеров, но и танцевально-игровые средства обучения, а также импровизационные задания. Такой подход развивает как физические данные обучающихся, так и творческие способности, творческую инициативу.

**Актуальность Программы:** в настоящее время со стороны родителей и детей спрос на образовательные услуги в области хореографии очень высок. Алтайский край славится своими хореографическими коллективами по всей России и за рубежом. Чаще всего дети начинают заниматься хореографией уже в младшем дошкольном возрасте. Родители считают, что ребенок, который умеет танцевать, лучше развивается физически, чувствует себя более уверенно в различных видах деятельности, не стесняется показывать свои достижения другим людям. Обучение хореографии в детском саду позволяет подготовить ребенка к дальнейшему обучению в хореографической студии, сформировать состояние успеха и желание развиваться в области танцевального искусства.

**Отличительные особенности Программы:** в программе сформирован акцент на обучение игровым методом. Такие темы программы как: «Танцевальные образы», «Танцевальные игры», позволяют через игру развивать физические и творческие способности. Так же многие упражнения из темы «Формирование танцевальной техники» основаны на игровом методе, будь то название движения или форма его выполнения. В танцевальных постановках и в сопровождении танцевальных упражнений используется чаще всего современная детская музыка, та, которую дети слушают дома, которая им нравится, которая сопровождает современные мультфильмы и детские телепередачи.

**Адресат Программы:** программа рассчитана на обучение воспитанников с 6 до 7 лет.

**Объем и срок освоения Программы:** программа рассчитана на 9 месяцев обучения, всего 72 учебных часа.

**Особенности организации образовательного процесса:** форма занятий – групповая. Группа по возрасту 6-7 лет, количественный состав – до 20 человек.

**Режим занятий:** занятия проводятся с 01 сентября 2025 года по 29 мая 2026 года 2 раза в неделю, по понедельникам и средам, во второй половине дня. Продолжительность занятий в группах: 6-7 лет – 30 минут. Общее количество занятий в учебный год – 72 часа.

**Консультации для родителей:** каждые понедельник и среду по требованию родителей. Проводятся индивидуально в режиме «вопрос- ответ».

Знание возрастных особенностей детей даёт возможность находить более эффективные способы управления психическими процессами ребёнка, в том числе и в процессе обучения хореографии.

В дошкольном периоде дети различных возрастов значительно отличаются по своему развитию. Поэтому в дошкольный период обучения хореографии дети делятся на группы в соответствии с возрастом воспитанников: 6-7 лет.

**Возрастные особенности детей 6-7 лет**

Дети 6-7 лет воспитываются в подготовительной к школе группе. Развиваются умственные способности детей, обогащается их мышление. Физическое развитие совершенствуется в различных направлениях и, прежде всего, выражается в овладении основными видами танцевальных движений, в их скоординированности. Возникает еще большая возможность использовать движение как средство и способ развития музыкального восприятия, выражения себя средствами хореографии. Пользуясь

танцевальным движением, воспитанник стремится проявить себя творчески, часто предлагая свое видение исполнения танцевальной постановки. В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии двигательной активности, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает желание и способность к исполнению разнообразных и сложных по координации танцевальных движений. Выступления перед зрителями становятся достаточно выразительными, движения четкими, а групповая работа слаженной и уверенной. Педагог сотрудничает с детьми, побуждая их проявлять себя творчески, стимулируя их к придумыванию собственных движений, комбинаций, сюжетов для танцев.

### **Цель и задачи программы.**

**Цель Программы:** создание оптимальных условий для всестороннего развития личности дошкольника средствами танцевальных движений и танцевально-игровых упражнений, пробуждение в детях стремления к творчеству, интереса к музыкальному и хореографическому искусству.

#### **Задачи:**

##### Образовательные:

- Познакомить воспитанников с миром хореографического искусства, его историей.

- Изучить основные понятия и термины.

- Научить ориентироваться в разнообразии танцевальных жанров. Развивающие:

- Укреплять здоровье: способствовать формированию правильной осанки, развитию опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, совершенствованию работы органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма воспитанника.

- Создавать необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой для выполнения танцевальных движений.

- Совершенствовать психомоторные способности дошкольников: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые качества, координационные способности; содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой, развивать ручную умелость и мелкую моторику.

- Развивать творческие способности в области хореографии: мышление, воображение.

##### Личностные:

- Воспитывать у детей чувство музыкального и художественного вкуса в мире музыки и танца.

- Формировать у детей любовь к искусству музыки и танца, трудолюбие и чувство товарищества, целеустремленность в достижении поставленной цели, инициативу и уверенность в себе, даже если воспитанник не обладает выдающимися хореографическими данными.

- Учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

- Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи. Метапредметные:

- Развивать навыки самостоятельного выражения движений под музыку.

- Развивать познавательную активность, интерес к хореографическому искусству.

### **Содержание Программы.**

**Особенность обучения по Программе:** в работе с дошкольниками теория напрямую связана с практикой. При знакомстве обучающихся с новым видом танца, движением, упражнением, и др. после теоретического объяснения необходимо сразу переходить к практическим действиям. Теория является сопровождением практического процесса

непрерывно на протяжении всего учебного периода. Специфика хореографии предполагает повторяемость материала, его цикличность с постепенным усложнением элементов в каждом последующем учебном цикле. В связи с этим, темы в разных возрастных группах почти не меняются, меняется лишь степень сложности исполнения.

### **Учебный план по обучению хореографии группы детей 6-7 лет.**

**Цель:** Результатом освоения программы является развитие у ребенка позиции активного участника, исполнителя-создателя хореографических элементов и даже целых танцевальных номеров для того, чтобы посредством танца выражать себя, свои эмоции и чувства, испытываемые под впечатлением того или иного музыкального произведения.

**Задачи:** - познакомить с основными теоретическими понятиями;

- учить чувствовать динамические оттенки в музыке и с интересом передавать их в движении;
- учить выразительно и самостоятельно исполнять изученные движения и танцы;
- научить хорошо ориентироваться в пространстве сцены;
- развивать творческие способности к танцевальной импровизации;
- формировать активную позицию к исполнительству на сцене.

**Основные термины:** танец, поклон, разминка, круг, линия, диагональ, разноброс, танцевальный шаг, танцевальный бег, стречинг, подтянутость, прыжок, осанка, атрибут, подъем, образ, жест, композиция, джаз, модерн, хип-хоп, трюк, импровизация, комбинация.

Начальный этап - обучение упражнению, отдельному движению.	Этап углубленного разучивания упражнений, движений.	Этап закрепления и совершенствования упражнения, движения.
<ul style="list-style-type: none"> <li>- название движения;</li> <li>- показ;</li> <li>- объяснение техники;</li> <li>- опробование движений.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уточнение двигательных действий;</li> <li>- понимание закономерностей движения;</li> <li>- усовершенствование ритма;</li> <li>- свободное и слитное выполнение движения;</li> <li>- закрепление двигательного навыка</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение движений более высокого уровня;</li> <li>- использование движения в комбинации с другими движениями;</li> <li>- формирование индивидуального стиля.</li> </ul>

### **Общие методические рекомендации по ведению занятий**

С первых минут на занятиях хореографией очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи.

Прежде чем переходить сразу к разучиванию танцев, необходимо сделать связь музыки с движением привычной, естественной. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения.

Обучение движению обычно начинается с наименования упражнения, показа и объяснения техники. Это необходимо для зрительного образа и последующего осмысления движений. Объяснение техники должно быть лаконичным, целенаправленным, понятным. Вначале второстепенные детали и тонкости движения опускаются.

Первый раз движение показывается с полной амплитудой, с соблюдением всех требований, предъявляемых к его характеру и форме. Это нужно для того, чтобы

занимающиеся поняли, каков идеал, к которому они должны стремиться. Далее можно демонстрировать отдельные части движения с меньшей амплитудой или в более медленном темпе, сосредотачивая внимание на важных деталях.

После первого исполнения упражнения детьми преподаватель разъясняет, были ли допущены ошибки и какие. Затем следует вторичный образцовый показ. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении. Занятие не должно быть монотонным.

Необходимо разнообразить задания, чтобы они всегда оставались занимательными для воспитанников. В занятие лучше включать такие движения и упражнения, которые оказывают разностороннее воздействие на организм занимающихся. Это построения и перестроения; разновидности ходьбы, бега и прыжков; общеразвивающие и специальные упражнения на активацию мышечного чувства, на тренировку отдельных групп мышц и подвижности суставов. В то время, когда звучит музыка, педагогу не стоит считать вслух, так как это притупляет восприятие мелодии ребенком.

На протяжении всего занятия и особенно на его начальных этапах очень важно следить за формированием правильной осанки детей. Для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры.

Заканчивать занятие следует элементарной растяжкой, или «стречингом», танцевальной игрой или несложным упражнением из темы

«танцевальные образы». Это действует успокаивающе. И, конечно, начинать и заканчивать занятие будет традиционно – поклоном, хореографическим знаком вежливости.

#### **Методы обучения:**

- словесный - устное изложение, беседа и т. д.;
- наглядный - показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом;
- практический – выполнение движений, упражнений;
- метод сотворчества – педагог побуждает детей к придумыванию своих танцевальных движений для танцев.

#### **Формы организации образовательного процесса:**

- групповая – до 20 человек;
- индивидуальная – при возникновении сложностей с разучиванием элементов и комбинаций;
- ансамблевая – постановочная работа;
- игровая – при выполнении танцевальных игр, творческих заданий, танцевальных образов.

#### **Формы организации учебного занятия:**

- тренировочное – выполнение упражнений на формирование танцевальной техники;
- репетиция – постановка танцевальных номеров для выступлений;
- творческое занятие – выполнение творческих индивидуальных и групповых заданий.

**Алгоритм учебного занятия:** во всех возрастных группах одинаков, так как предмет хореографии имеет свою специфику, актуальную для любого возраста, уровня знаний и навыков.

Занятие состоит из:

- Разминки – выполняется в виде небольшой танцевальной зарисовки под популярную детскую песенку, в которой проводится подготовка всех частей опорно-двигательного аппарата к дальнейшим более сложным элементам. Продолжительность –

5 мин.

- Основной части – изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность – 20 минут.

- Завершающей части – танцевальной игры на развитие различных навыков, например, умения импровизировать под музыку; или хореографических упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Продолжительность – 5 мин.

**Календарный тематический план по обучению хореографии  
детей группы от 6 до 7 лет**

№ п/п	форма занятия	тема занятия	форма контроля
1	вводное занятие	Знакомство. Занятие инструктаж по технике безопасности. Изучаем поклон, разминку.	Выступление на новогоднем утреннике с танцем «Весёлый Джаз»
2	вводное занятие	Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
3	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык» с усложнением. Позиции ног в хореографии.	
4	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык» с усложнением. Смена позиций ног в хореографии шагами с натянутого носка.	
5	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса «Содатык», «Дощечка». Упражнение «Натянутые носочки».	
6	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение «Натянутые носочки». Самомассаж стоп. Упражнение для развития силы мышц «Карусель».	
7	тренировка	Поклон. Разминка Упражнения для развития силы мышц «Карусель», «Лодочка». Упражнение для рук «Играют маленькие волны».	
8	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для развития силы мышц «Лодочка», «Ракета». Упражнение для рук «Играют маленькие волны».	
9	тренировка	Поклон, разминка. Повторение упражнений для развития силы мышц, для рук, для стоп.	
10	тренировка	Поклон, разминка. Повторение упражнений для развития силы мышц, для рук, для стоп. Стречинг.	
11	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».	
12	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Самовар». Упражнение для развития силы мышц «Экскаватор». Упражнение «Деревянные и тряпичные куклы».	
13	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка», «Самовар». Упражнения для развития силы мышц «Ракета», «Экскаватор».	
14	тренировка	Поклон. Разминка Повторение упражнений для развития силы мышц ,упражнений для рук. Стречинг.	
15	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение упражнений для осанки и упражнений для стоп. Стречинг.	

16	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
17	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
18	творческое занятие	Поклон. Разминка. Творческие задания на раскрытие образа в танце.	
19	вводное занятие	Знакомство со стилем современного танца «Джаз». Изучение поклона в стиле «Джаз».	
20	вводное занятие	Закрепление поклона в стиле «Джаз». Основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс.	
21	тренировка	Поклон. Разминка. Основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс. Основы исполнения контракции- ремы (сжатие-высвобождение).	
22	тренировка	Поклон. Разминка. Закрепление основных движений танцевального стиля «Джаза».	
23	тренировка	Поклон. Разминка. Закрепление основных движений танцевального стиля «Джаза».	
24	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
25	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для плавности рук «Играют маленькие волны».	
26	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение «Натянутые носочки».	
27	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
28	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Карусель».	
29	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Лодочка».	
30	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».	
31	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
32	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
33	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
34	вводно занятие	Поклон. Разминка. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по обучению хореографии.	
35	творческое занятие	Творческие задания на самостоятельное раскрытие образов под музыку. Командные и индивидуальные задания.	
36	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение упражнений для силы мышц и упражнений для пластики рук.	
37	тренировка	Поклон. Разминка. История возникновения стиля современного танца «Модерн». Подготовительные упражнения к изучению основных движений танца «Модерн».	
38	тренировка	Поклон. Разминка. Основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза.	
39	тренировка	Поклон. Разминка. Основные правила танца с предметом. Основные движения танца с предметом в стиле «модерн».	
40	тренировка	Поклон. Разминка. Основные движения танца в стиле «модерн». Основные движения танца с предметом в стиле «модерн».	
41	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Стречинг.	
42	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение для плавности рук «Играют маленькие	

		волны».	
43	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение «Натянутые носочки».	Выступление на утреннике с танцем «Летят голуби».
44	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Стречинг.	
45	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение для развития силы мышц «Карусель».	
46	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение для развития силы мышц «Лодочка».	
47	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».	
48	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Стречинг.	
49	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Стречинг.	
50	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Стречинг.	
51	творческое занятие	Творческие задания на самостоятельное раскрытие образов под музыку. Командные и индивидуальные задания.	
52	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
53	тренировка	Поклон. Разминка. Знакомство с современным стилем танца «хип-хоп». История возникновения, подготовительные упражнения.	
54	тренировка	Поклон. Разминка. Проучивание основных движений в «хип-хоп»танце: пружинка, кач, степ.	
55	тренировка	Поклон. Разминка. Основные движения танца «хип-хоп»: кач, степ, пружинка, хэппи-фит, роджер, рэббит, монастери.	
56	тренировка	Поклон. Разминка. Изучение элементарных акробатических трюков детского танца в стиле «хип-хоп»: переворот через спину назад, бочка, разножка.	
57	тренировка	Поклон. Разминка. Закрепление основных движений и трюков танца «хип-хоп».	
58	тренировка	Поклон. Разминка. Закрепление основных движений и трюков танца «хип-хоп».	
59	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Стречинг.	
60	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Упражнение для плавности рук «Играют маленькие волны».	
61	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Упражнение «Натянутые носочки».	
62	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Стречинг.	
63	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Упражнение для развития силы мышц «Карусель».	
64	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Упражнение для развития силы мышц «Лодочка».	
65	репетиция	Поклон. Подготовка творческого отчета. Формирование разминки. Повторение основных упражнений для осанки,	



		стоп, рук. Стречинг.	
66	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повторение танцевальных номеров: «Веселый джаз», «Летят голуби», «Хипхопчики».	
67	творческое занятие	Поклон. Разминка. Творческое задание командам: придумать танцевальное прощание для зрителя под заданную музыку. Наиболее удачный результат используется для творческого отчета.	
68	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Веселый джаз».	
69	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Летят голуби».	
70	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Хипхопчики».	
71	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока.	
72		Творческий отчет.	

### Список литературы:

- Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб.: Люкси, Респекс, 1996. — 256 с.
- Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учебное пособие. — СПб.: Музыкальная палитра, 2004. — 36 с.
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.
- Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. – М.: Айрис пресс, 2008 г. – 50 с.
- Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: Учеб. пособие для воспитателей и педагогов. – М.: Гном-Пресс, 1997. – 64 с.
- Никитин В.Ю. Модернджаз танец: Этапы развития. Метод. Техника.— М.: ИД Один из лучших, 2004 — 414 с.
- Смирнова К.В. Картотека игр и упражнений по развитию чувства ритма. - Буй: МДОУ №15 Огонёк, 2014. — 56 с.
- Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.
- Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. Вып. 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 43 с.
- Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.