

муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества»
Никольского района Пензенской области

«УТВЕРЖДАЮ»
директор МБУ ДО «Дом детского творчества»
Никольского района
Храбкова И.В.
приказ № 30-ОД
от «29» августа 2025 г.

Храбкова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по реализации модуля
«Танец для малышей»
дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Растём вместе»
на 2025-2026 учебный год

Педагог дополнительного образования
Пинимасова Наталья Ильдаровна

На начальном этапе обучения главную направляющую роль играет педагог. Рука об руку с ним ребёнок делает первые шаги в мир танца. Обучение происходит путём практического показа и словесных объяснений. Систематически в течение года проводятся открытые уроки для родителей, которые с этого момента включаются в процесс обучения и следят за развитием ребёнка.

По окончании первого года учащиеся получают следующие умения и навыки: узнают назначение танцевального зала и правила поведения в нём. Умеют ориентироваться в зале, строится в шеренги. Научатся выполнять ритмические танцевальные комбинации и комплексы упражнений под музыку. Овладевают навыками ритмической ходьбы, хлопать и топать в такт музыки, в музыкально – подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений и т. д.). Исполнять небольшие танцевальные этюды.

Цель - приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Обучающие: научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

Развивающие: развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;

Воспитательные: воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, умение работать в коллективе.

Задачи укрепления здоровья: способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата; формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.

Содержание занятий для учащихся 4 лет
по дополнительной образовательной общеразвивающей программе
«Танец для малышей»

мес	№ занятия	Тема занятия	Содержание			Итого часов	Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	воспитательная работа		
09	1	Вводное Техника безопасности на занятиях хореографией	Правила поведения на занятиях хореографией			1	Входная диагностика
	2	Ритмические упражнения		Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей. Разминка по кругу.		1	Наблюден. показ группой
	3	ЛПТ		Строевые упражнения. Построение в линию и по команде перестроения. Игровая минутка «Найди своё место»		1	Наблюден. показ группой
	4	ОФП		Диагностика физических качеств: статическое и динамическое равновесие, ловкость, прыгучесть		1	Контроль исполнения упражнений
	5	Образные игры		Игры на смену характера музыки: «День и ночь», «Грустно - весело»;		1	Практическо-игровые задания
	6	Элементы народного танца		Положения и движения рук: подготовка к началу движения (ладошка на талии). Положения и движения ног: простой бытовой шаг вперед с каблука. Притопы.		1	Наблюден. показ группой
	7	ОФП		Общая гимнастика на середине, знакомство со здоровьесберегающими технологиями		1	Контроль исполнения упражнений

	8	Ритмические упражнения		Разминка по кругу. Знакомство с базовыми упражнениями в ритмике.		1	Практическо-игровые задания
	9	Элементы классического танца		Постановка корпуса. Двигательные упражнения на ориентировку в пространстве		1	Практическ.задание
	10	ОФП		Разминка по кругу. Танцевальный бег. Упражнения на ковриках.		1	Контроль исполнения упражнений
	11	Ритмические упражнения		Диагностические и танцевальные игровые упражнения		1	Наблюдение, показ
	12	Постановочная работа		Выход и Ф1 танца «Цыплята»		1	Практическ. задание
	13	ОФП		Комплекс упражнений общей гимнастики		1	Контроль исполнения упражнений
10	1	Ритмические упражнения		Разминка по кругу, «бабочки» летают. Упражнения с превращениями		1	Практическо-игровые задания
	2	ЛПТ		Упражнения в беге и прыжках		1	Практические задания
	3	ОФП		Комплекс упражн. на формирование правильной осанки на середине		1	Контроль исполнения упражнений
	4	Ритмические упражнения		Игроритмика Знакомство с музыкальными жанрами. Марш с поднятыми коленями.		1	Практическо-игровые задания
	5	Образные игры		Игры на изменения темпа: «Черепаша», «Поезд», «Мышки»		1	Практическо-игровые задания
	6	ОФП		Комплекс упражнений на укрепление мышц живота		1	Контроль исполнения упражнений
	7	Ритмические упражнения		Разминка на середине. Упражнения с превращениями.		1	Практическо-игровые задания
	8	Элементы народного танца		Прямые положения ног: - «Пружинки» - маленькое		1	Практическ. задания

				одинарное, двойное и тройное приседание; - одновременным поворотом корпуса. Простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.			
	9	ОФП		Общеразвивающие упражнения на ковриках.		1	Контроль исполнения упражнений
	10	Ритмические упражнения		Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет («Лошадки» бьют копытом и др.)		1	Практическо-игровые задания
	11	Элементы классического танца		Положения и движения ног: - 6 позиция. Упражнения «Качельки»-покачивание с полупальцев на пяточки. Танцевальный шаг.		1	Практическ. задания
	12	ОФП		Комплекс упражнений на укрепление мышц стопы		1	Контроль исполнения упражнений
	13	Ритмические упражнения		Ритмическая ходьба с движением рук, средства музыкальной выразительности.		1	Практическо-игровые задания
11	1	Постановочная работа		Изуч. Ф2 и Ф3 танец «Цыплята»		1	Практическ. задание
	2	ОФП		Упражнения для совершенствования координации		1	Контроль исполнения упражнений
	3	Ритмические упражнения		Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; игровая минутка		1	Практическо-игровые задания
	4	Образные игры		Изображение животных в		1	Практическо-игровые

				движении «Зоопарк»			задания
	5	ОФП		Комплекс упражнений на укрепление мышц спины		1	Контроль исполнения упражнений
	6	Ритмические упражнения		Игровой тренинг на середине		1	Практическо-игровые задания
	7	Элементы народного танца		Хороводный и топающий шаг (на первую часть дети двигаются по кругу хороводным шагом, 2 часть музыки – топотушки на месте и в повороте вокруг себя), водим хоровод		1	Практическ.задание
	8	ОФП		Комплекс упражнений на укрепление мышц стопы, спины и живота		1	Контроль исполнения упражнений
	9	Ритмические упражнения		Упражнения для разминки: - «Цапли» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра, «»Лягушата» - прыжки поочередно на правой, левой и двух ногах.		1	Практическо-игровые задания
	10	Элементы классического танца		Положения ног: легкий бег на полупальцах, шаги с носка, переводы рук		1	Практические задания
	11	ОФП		Закрепление комплекса упражнений на укрепление мышц стопы, спины и живота		1	Контроль исполнения упражнений
	12	Ритмические упражнения		Выполнение движений руками в различном темпе; упражнения на ориентировку в пространстве	Утренник ко Дню матери	1	Практическо-игровые задания
12	1	ОФП		Комплекс гимнастических		1	Контроль исполнения

				упражнений на полу с гимнастическими палками			упражнений
2	Ритмические упражнения			Различие динамики звука «громко-тихо», хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет; хлопки в ритмическом рисунке в парах		1	Практическо-игровые задания
3	Элементы народного танца			Элементы русской плясовой: проходка, «гармошка», «ёлочка»		1	Практические задания
4	Образные игры			Игры на перестроение: «Конструктор», «Пчёлки». «Бабочки»;		1	Практическо-игровые задания
5	ОФП			Комплекс гимнастических упражнений на полу		1	Контроль исполнения упражнений
6	Ритмические упражнения			Упражнения с превращениями.		1	Практическо-игровые задания
7	ОФП			Упражнения на растягивание и расслабление		1	Контроль исполнения упражнений
8	Ритмические упражнения			Хлопки в ритмическом рисунке. Навык ритмической, двигательной работы с учетом усвоения нового материала		1	Практическо-игровые задания
9	Элементы классического танца			Положения и движения рук: - постановка кисти; - подготовительная позиция; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к началу движения.		1	Практическ.задание
10	ОФП			Комплекс гимнастических упражнений на полу.		1	Контроль исполнения упражнений

				Упражнения на гибкость «колечко», «кошечка»			
	11	ЛПТ		Упражнения для профилактики плоскостопия		1	Практическо-игровые задания
	12	Постановочная работа		изучение Финала танца «Цыплята»		1	Практическ. задание
	13	Ритмические упражнения		Ритмическая ходьба с движением рук, разминка по кругу и на середине	Промеж уточная аттестация	1	тестирование
01	1	Образные игры		игры на образ: «Магазин игрушек», «Листопад», «Снегопад»;	Зимние забавы	1	Практическо-игровые задания
	2	ОФП		Закрепление комплекса гимнастических упражнений на полу с гимнастическими палками		1	Контроль исполнения упражнений
	3	Ритмические упражнения		Работа над сменой характера движений при смене музыкального темпа		1	Практическо-игровые задания
	4	Элементы народного танца		Танцевальные комбинации, построенные на шагах народного танца.		1	Практическ. задание
	5	ОФП		Понятие выворотность, упражнение «разбойники», «бабочки», «узелок»		1	Контроль исполнения упражнений
	6	ЛПТ		Упражнения для расслабления мышц. Упражнения при ходьбе на месте и передвижениях		1	Практическо-игровые задания
	7	Элементы классического танца		Положения и движения рук: - раскрывание и закрывание рук. Танцевальные шаги с носка по кругу		1	Практическ. задание
	8	ОФП		Комплекс упражнений на растягивание и расслабление, растяжка «длинные		1	Контроль исполнения упражнений

				ножки».			
	9	Ритмические упражнения		игроритмика «Зарядка про зверят»		1	Практическо-игровые задания
	10	Постановочная работа		Разучивание выхода и Ф1 танцевальной зарисовки «Шутка»		1	Практическ. задание
02	1	ОФП		Комплекс упражнений для формирования осанки		1	Контроль исполнения упражнений
	2	Ритмические упражнения		Разминка на середине. Марш в сочетании с хлопками (1-я часть маршируют на месте, 2-я часть музыки хлопают в ладоши, тихо и громко)		1	Практическо-игровые задания
	3	Образные игры		Игры на эмоции в танце: «Ходим как...», «Прыгаем как...», «Кружимся как ...»		1	Практическо-игровые задания
	4	ОФП		Упражнения для совершенствования координации		1	Контроль исполнения упражнений
	5	Ритмические упражнения		Разминка по кругу. Воспроизведение ритмических рисунков с помощью хлопков, притопов, танцевального движения.		1	Практическо-игровые задания
	6	Элементы народного танца		Комплекс упражнений на постановку корпуса, положение плеч и головы.		1	Практическ. задание
	7	ОФП		Упражнения мышц стопы «Точилка», живота «Звезда» и спины «Змея»		1	Контроль исполнения упражнений
	8	ЛПТ		Упражнения для формирования и закрепления осанки		1	Практическо-игровые задания
	9	Элементы классического танца		Прыжковые движения на месте с продвижением вперед, прямой галоп, поскоки.		1	Практическ. задание

	10	ОФП		Упражнения для совершенствования координации		1	Контроль исполнения упражнений
	11	Образные игры		«Зайчики», «Поезд», «Магазин игрушек» игры на имитацию и образное мышление		1	Практическо-игровые задания
	12	ОФП		Закрепление изученного материала		1	Контроль исполнения упражнений
03	1	Ритмические упражнения		Разминка по кругу. Хлопки в ритмическом рисунке индивидуально и в парах		1	Практическо-игровые задания
	2	Постановочная работа		Изуч. Ф2 и Ф3 танца «Шутка»		1	Практическ. задание
	3	ОФП		Упражнения на растягивание и расслабление		1	Контроль исполнения упражнений
	4	Ритмические упражнения		Изучение элементов ритмической гимнастики на середине с изменением темпа движений.		1	Практическо-игровые задания
	5	Образные игры		«Кошечка», «Чижик», «Птичка» на превращения и передвижения		1	Практическо-игровые задания
	6	ОФП		«Стойкий оловянный солдатик», «Маленький мостик» – для мышц рук, живота, ног; гибкости. «Карусель» – для мышц рук, ног, ягодич; координации.		1	Контроль исполнения упражнений
	7	Ритмические упражнения		Определение детьми на слух и передача в движении музыкального темпа (быстрого, умеренного, медленного), игра «ЭХО», «Птички летают».		1	Практическо-игровые задания
	8	Элементы		Координация работы		1	Практическ.за

		народного танца		рук (одна вперед другая в сторону; поочередное вращение), выпады вперед и в сторону (без рук и с руками) движения – противоходы вращения на полупальцах, повороты вправо, влево пол точкам			дание
	9	ОФП		Упражнения на растягивание и расслабление		1	Контроль исполнения упражнений
	10	ЛПТ		Разминка на середине. Гимнастика для глаз.		1	Практическо- игровые задания
	11	Элементы классического танца		Элементы классического тренажа на середине зала шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колени вперед и назад на полупальцах		1	Практическ.за дание
	12	ОФП		Упражнения для совершенствования координации	Ко Дню 8 марта	1	Контроль исполнения упражнений
04	1	Постановочная работа		Изучение Финальной части т. «Шутка»		1	Практическ. задание
	2	ОФП		Комплекс упражнений направленный на формирования осанки		1	Контроль исполнения упражнений
	3	Образные игры		«У медведя во бору», «Пчёлки» , игры на превращения и имитацию		1	Практическо- игровые задания
	4	Элементы народного танца		Положения и движения рук: - раскрывание и закрывание рук. Развитие умения ориентироваться в пространстве. Рисунок в		1	Практическ.за дание

			зарисовке.			
5	ОФП		Упражнения для развития силы.		1	Контроль исполнения упражнений
6	Ритмические упражнения		Игроритмика Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.		1	Практическо-игровые задания
7	Элементы классического танца		Разминка по кругу танцевальными шагами. Прыжки из IV позиции во II прямую позицию; - прыжки из IV позиции во II прямую позицию с одновременным раскрыванием рук в стороны.Разножка.		1	Практическ.задание
8	ЛПТ		Пальчиковая гимнастика Дыхательная гимнастика		1	Практическо-игровые задания
9	Постановочная работа		Изучение Выхода и Ф1 танцевальной композиции «Кнопочки»		1	Практическ. задание
10	ОФП		Комплекс упражнений направленный на прыгучесть		1	Контроль исполнения упражнений
11	Ритмические упражнения		Отработка танцевальных движений в образах животных. Развитие умения ориентироваться в пространстве.		1	Практическо-игровые задания
12	Образные игры		Образно-танцевальные композиции (из ранее разученных движений). Пластический этюд «Сказка наяву»		1	Практическо-игровые задания
13	Постановочная работа		Изучение начальной части танцевальной композиции «Кнопочки»		1	Практическ. задание

05	1	ОФП		Упражнения для развития силы		1	Контроль исполнения упражнений
	2	Ритмические упражнения		Упражнения под чтение стихотворений, логопедическая аэробика.		1	Практическо-игровые задания
	3	Постановочная работа		Изучение финальной части танцевальной композиции «Кнопочки»		1	Практическ. задание
	4	ОФП		Закрепление комплекса упражнений для развития силы		1	Контроль исполнения упражнений
	5	Элементы народного танца		Положения и движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью). Положения и движения ног: поднимание и опускание ноги движения ног: танцевальный шаг; танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции). простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции. согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).		1	Практическ. задание
	6	ЛПТ		Комплексы упражнений суставной гимнастики.		1	Практическо-игровые задания
	7	Ритмические упражнения		игроритмика Развитие чувства ритма. Метроритм, специальные упражнения.		1	Практическо-игровые задания
	8	Элементы классического танца		Повторение всех движений. Самостоятельное исполнение движений. Упражнение		1	Практическ. задания

				«Арбуз».			
	9	ОФП		Закрепление полного комплекса упражнений на профилактику осанки, плоскостопия и косолапия		1	Контроль исполнения упражнений
	10	Постановочная работа		Исполнение танцевальной композиции «Кнопочки»»	Аттестация	1	Контроль исполнения упражнений
итого						108	