

Департамент по образованию администрации Волгограда

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества Красноармейского района Волгограда»

Принята на заседании  
методического совета МОУ ЦДТ  
Протокол от 10.05.2023 № 3

Изменения и дополнения приняты  
на методическом совете МОУ ЦДТ  
Протокол от 21.08.2025 № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ ЦДТ  
Красноармейского района  
\_\_\_\_\_ Д.Д. Нуртдинова  
«21» августа 2025г.

## **«Топотушки»**

дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности

**кружка «Топотушки»**

Возраст учащихся – 4 года

Срок реализации — 1 год

Автор – составитель программы:  
Лоханова Екатерина Игоревна  
педагог дополнительного образования  
Исполнитель:  
Недомеркова Юлия Сергеевна  
педагог дополнительного образования

Волгоград 2025

Внутренняя экспертиза проведена.

Программа рекомендована к рассмотрению на методическом совете учреждения.

Методист

А.С. Завгороднева

« 18 » августа 2025г.

## **Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования»**

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Топотушки» относится к программам художественной направленности, так как ориентирована на развитие творческой фантазии и художественных способностей, учащихся в области хореографии.

**Актуальность программы** определяется повышенным спросом со стороны детей и их родителей на обучение хореографическому искусству.

Танцевальное искусство с незапамятных времён занимает в жизни человека важное место. Искусство танца учит детей красоте и выразительности движения, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию, учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Кроме того, определённая система движений и навыки правильного дыхания помогают в оздоровлении обучающихся (выравнивается осанка укрепляются не только мышцы, но и весь организм). Заниматься хореографическим искусством лучше начинать с раннего возраста. Это позволит достичь хорошего исполнительского мастерства, сформировать мышечный корсет, развить музыкальный слух, гармонично развить личность.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности у, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия.

**Отличительной особенностью** данной программы от уже существующих программ является активное использование игровой деятельности при организации творческого процесса практических занятий.

### **Адресат программы**

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы для достижения ее наибольшей результативности, составляет от 4 до 5 лет.

### **Уровень программы, объем и сроки освоение программы:**

Дополнительная общеразвивающая программа «Топотушки» рассчитана на 1 год

обучения – 56 часов:

Уровень программы – стартовый. Включает в себя усвоение элементарных знаний и умений: общая физическая подготовка, обучение танцевальным связкам, выполнение общеразвивающих упражнений без предметов, с предметами, умение работать в команде в процессе проведения подвижных игр под музыкальное сопровождение.

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 учебному часу: для детей 4 лет – 20 минут.

**Особенности организации деятельности учащихся** – групповая с индивидуальным подходом к каждому учащемуся.

**Цель программы:** гармоничное развитие детей младшего дошкольного возраста посредством занятий хореографией.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- ✓ научить выполнению простых строевых команд;
- ✓ научить выполнять упражнения с предметами;
- ✓ научить выполнять упражнения с музыкальным сопровождением;
- ✓ научить основам классического и народного танца.

**Метапредметные:**

- ✓ формировать умения оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- ✓ развивать внимательность, любознательность, способность к импровизации;
- ✓ способствовать развитию коммуникативных навыков учащихся.

**Личностные:**

- ✓ формировать морально-волевые качества;
- ✓ совершенствовать нормы поведения;
- ✓ развить навыки культуры поведения и общения, доброжелательного отношения к сверстникам и педагогам.

#### Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теоретические	Практические	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	2	-	Беседа, опрос
2.	Основы гимнастики	3	1	2	Педагогическое наблюдение,

					практическая работа
3.	Ознакомительный комплекс общеразвивающих упражнений, содержащих различные виды ходьбы и бега	3	1	2	Педагогическое наблюдение, практическая работа
4.	Танцевальная палочка	6	-	6	Педагогическое наблюдение, практическая работа
5.	Танцевально-игровая гимнастика	6	-	6	Педагогическое наблюдение, практическая работа
6.	Игропластика	5	-	5	Педагогическое наблюдение, практическая работа
7.	Музыкально-танцевальные игры	5	-	5	Педагогическое наблюдение, практическая работа
8.	Образно-игровые движения	4	-	4	Педагогическое наблюдение, практическая работа
9.	Элементы классической хореографии	5	1	4	Педагогическое наблюдение, практическая работа
10.	Элементы народной хореографии	4	1	3	Педагогическое наблюдение, практическая работа
11.	Комбинации хореографических упражнений	4	-	4	Педагогическое наблюдение, практическая работа
12.	Пальчиковая гимнастика	4	-	4	Педагогическое наблюдение, практическая работа
13.	Репетиционно-постановочная работа, сюжетные танцы	5	-	5	Педагогическое наблюдение, участие в концерте
	Итого:	56	6	50	

## Содержание программы

### Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

**Теория:** знакомство учащихся с правилами поведения в МОУ ЦДТ и правилами поведения в хореографическом зале, инструктаж по технике безопасности. Рассказ-презентация о государственных символах России.

**Форма контроля:** опрос, беседа.

### Тема 2. Основы гимнастики

**Теория:** Знакомство с гимнастическими понятиями, основными командами педагога.

**Практика:** обучение правильному выполнению упражнений на различные группы мышц, основным видам строевых упражнений, построениям, перестроениям.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

### **Тема 3. Ознакомительный комплекс общеразвивающих упражнений, содержащих различные виды ходьбы и бега.**

**Теория:** Рассказать и показать для чего нужно правильно ходить.

**Практика:** обучение правильной технике ходьбы на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок и т. д. Обучение технике бега в разных направлениях («короткой змейкой», «длинной змейкой»), передвижение приставными шагами и т.д. Выполнение дыхательных упражнений после бега (восстановление дыхания).

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

#### **Раздел 4. Танцевальная палочка**

**Практика:** Учащиеся научатся работать с палочкой на которой прикреплена лента, выстраивать разные фигуры и т.д.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

#### **Раздел 5. Танцевально-игровая гимнастика**

**Практика:** обучение детей выполнению упражнений под музыкальное сопровождение в игровой форме: «Спрячься», «Покажи пятки», «Ладони на пол», «Хлопок под коленом», «Согни ноги», «Лодочка», «Согни руку», «Повороты», «Наклоны», «Полуприседания», «Прыжки», «Потянись», «Повороты головы», «Наклоны в стороны», «Прогнись». Обучение ритмической ходьбе, аэробике зверят.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

#### **Раздел 6. Игропластика**

**Практика:** под музыку выполняются упражнения для развития мышечной силы, пластики: «Морские фигуры» «Зоопарк» и т. д. Развитие гибкости в образных и игровых упражнениях.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

#### **Раздел 7. Музыкально-танцевальные игры**

**Практика:** игры-превращения, игры на развитие музыкального слуха и ритмики: «Жуки и пчелы», «Цветочки на полянке», «Сугробы», «Слушай команду», «Поменяйся», «Передай платочек», «Воробушки и автомобиль», «Рыбки», «Плетень», «Цапля и лягушки», «Тихие ворота», «Встреча».

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

#### **Раздел 8. Образно-игровые движения**

**Практика:** обучение образно-игровым движениям с музыкальным сопровождением: «На бабушкином дворе», «Лесная зверобика», «Сказочный герой», «Весёлый зоосад».

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

#### **Раздел 9. Элементы классической хореографии**

**Теория:** Рассказать в краткой форме и показать что такое классический танец.

**Практика:** обучение элементам классической хореографии в игровой форме. Танцевальные позиции ног: VI, I, II, III; танцевальные позиции рук: подготовительная, I, II, III.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

### **Раздел 10. Элементы народной хореографии**

**Теория:** Познакомить учащихся с понятием - народный танец.

**Практика:** обучение элементам народной хореографии в игровой форме: выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях, полуприседы.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

### **Раздел 11. Комбинации хореографических упражнений**

**Практика:** обучить хореографическими связками из минимум движений, чтобы дети могли самостоятельно без помощи педагога повторить их: «Балет», «Рисуем солнышко на песке», «Цветочек», «Лебеди», «Совы», «Ветер и деревья», «Пружинка», поклон «Приветствие».

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

### **Раздел 12. Пальчиковая гимнастика**

**Практика:** выполнение упражнений: «Паучок», «Две мартышки», «Жук ползёт», «Бабушка кисель варила», «Замок», «Дерево», «Жук», «Зайчик», «Птенчики в гнезде».

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, практическая работа.

### **Раздел 13. Репетиционно-постановочная работа, сюжетные танцы**

**Практика:** Разучивание детского танцевально-сюжетного танца из ранее выученных комбинаций, чтобы дети максимально синхронно исполняли танец.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, выступление на концерте.

### **Планируемые результаты.**

#### **Предметные результаты:**

*Учащийся будет знать:*

- ✓ правила поведения на занятиях;
- ✓ правила безопасного выполнения танцевальных упражнений;
- ✓ упражнения хореографических элементов.
- ✓ комплексы упражнений с предметами;

*Учащийся будет уметь:*

- ✓ правильно выполнять хореографические упражнения;
- ✓ ритмично двигаться;

- ✓ выполнять простейшие танцевальные движения;
- ✓ выполнять элементы с танцевальной палочкой;
- ✓ играть в эстафеты с предметами;
- ✓ выполнять танцевальные комбинации;

**В результате у учащегося будут сформированы личностные универсальные учебные действия:**

- ✓ учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу;
- ✓ бережное и уважительное отношение к классическому танцу как к основам всей хореографии;
- ✓ развитие навыков культуры поведения и общения;
- ✓ формирование навыков здорового образа жизни.

## Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

### Календарный учебный график на 2025/2026 учебный год

	<b>1 год обучения</b>
<b>Продолжительность учебного года</b>	С 01.10.2025г. по 30.04.2026г.
<b>Продолжительность учебно-образовательного процесса</b>	28 недель
<b>Режим занятий</b>	2 раза в неделю по 1 академическому часу
<b>Длительность академического часа</b>	20 мин.
<b>Продолжительность перерывов между занятиями</b>	не менее 10 мин.
<b>Каникулярное время</b>	Зимние каникулы: 01.01.2026г. – 11.01.2026 г.
<b>Режим работы в каникулярное время</b>	В период зимних каникул – по плану воспитательных мероприятий.
<b>Праздничные (выходные дни)</b>	4 ноября – День народного единства; 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 8 января – Новогодние каникулы; 7 января – Рождество Христово; 23 февраля – День защитника Отечества; 8 марта – Международный женский день

### Условия реализации программы

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

Для успешной организации учебного процесса необходимо наличие:

- хореографического зала для занятий, имеющего достаточное освещение и оборудованного в соответствии с нормами СанПиН;
- специальное напольное некрашеное покрытие (линолеум),
- станки, зеркала.
- 2 отдельные комнаты для переодевания мальчиков и девочек.

*Необходимое оборудование, инвентарь:*

- гимнастические маты;
- гимнастические коврики
- аудио и видеотехника для звукового сопровождения занятий, демонстрации видеозаписи мастер-классов.

*Информационное обеспечение:*

- набор видео записей по темам; - коллекция слайдов; - фонотека; - интернет-источники.

*Кадровое обеспечение:* педагог дополнительного образования, имеющий профильное образования, Лоханова Екатерина Игоревна.

**Методическое обеспечение программы**

Программа опирается на следующие *основные педагогические принципы:*

- принцип дифференцированного подхода к каждому ребенку;
- принцип последовательности и системности;
- принцип приобщения к труду и творчеству;
- принцип сотрудничества участников образовательного процесса и доступности обучения.

**Формы обучения:** практическая и теоретическая.

При организации занятий педагогом предусмотрено использование разнообразных методов обучения:

- словесные (рассказ, беседа, объяснение, пояснение);
- наглядные (показ фильмов и видео материалов);
- практические;
- объяснительно-иллюстративные (учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию);

**Методы воспитания:**

- убеждение, беседы - обмен впечатлениями по восприятию творческой работы;

- поощрение - положительная оценка, одобрение поведения, действий учащегося или целой группы;
- стимулирование - создание ситуации успеха для каждого, способствующей развитию мотивации личности к познанию и творчеству, самореализации и самоопределению;
- методы контроля, самоконтроля и самооценки деятельности и поведения - наблюдение, анализ результатов деятельности, создание ситуаций для изучения поведения учащихся.

#### **Педагогические технологии, используемые в обучении:**

- личностно-ориентированная технология;
- технология игровой деятельности;
- технология коллективной творческой деятельности;
- здоровьесберегающая технология.

#### **Дидактические материалы**

- инструкции по технике безопасности и охране труда;
- видео- и фотоматериалы техник, пошаговое выполнение танцевальных связок
- сценарии воспитательных мероприятий.

#### **Алгоритмы учебного занятия:**

- организационный момент (приветствие, создание психологического настроения, мотивация на учебную деятельность, подготовка рабочего места, сообщение темы и цели занятия);
- вводная часть: разминка, приведение внутренних систем организма занимающихся в состояние готовности;
- основная часть: разучивание техники выполнения различных танцевальных связок, постановка танцевальных композиций;
- заключительная часть: упражнения на релаксацию и растяжение мышц, приведение внутренних систем организма к исходному уровню.

## **Список литературы:**

### **Литература для педагога**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: «Рольф». 2000.
2. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. ФГОС. СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС». 2016 г.;
3. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. М.: «Терра-Спорт», 2001г.
4. Черемнова Е.Ю. Танцетерапия: Танцевально-оздоровительные методики для детей. Ростов-на-Дону: «Феникс». 2008 г.;
5. Майстрова Л.Ф. Хореография, ребенок и природа. Воспитание эмоционально-нравственного отношения к природе в 6 – 10 лет. М.: «Гном». 2014 г.
6. Детская энциклопедия балета: история, музыка и волшебство классического танца / Лора Ли; пер. с англ. П. Киселевой, художник Мередит Хамильтон. - Москва: АСТ, 2014. - 95 (1) с.;
7. Русский народный танец. Теория и история. Богданов Г.Ф. 2019 г.-167 с.

### **Литература для учащихся и родителей**

1. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения – Ярославль: Академия развития, 2015
2. Хамзин Х.Х. «Правильная осанка» -М., 2013
3. Е.В. Горшкова «От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5-7 лет» 2017