Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 72 Приморского района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ детский сад №72 Приморского района Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 72
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2026 № 1/26

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом ГБДОУ детский сад №72
Приморского района Санкт-Петербурга
от 01.09.2026 № 42 п.5-ОД

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «СПОРТИВНЫЙ ТАНЕЦ»

Срок освоения: 1 год
возраст обучающихся: 5-6 лет

Разработчик:
Михайлова Ольга Александровна,
педагог дополнительного образования

Санкт – Петербург
2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 72 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Чурсина Любовь Николаевна, Заведующий
24.09.26 17:37 (MSK) Сертификат 7F52818360729F0B4631D035E374E9FF

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный танец» (далее – Программа, ДОП) составлена на основе действующих нормативно-правовых документов.

1. Основные характеристики программы

Направленность ДОП: физкультурно-спортивная

Актуальность реализации ДОП:

Мы живем во времена сильно развитой гиподинамии у детей дошкольного возраста. В наше время практически каждый ребенок увлечен большим количеством гаджетов (смартфонов, планшетов, часов, компьютеров…) окружающих его, они затягивают ребенка, занимая большую часть его времени и внимания. Все это приводит к недостатку двигательной активности и отражается на здоровье как физического, так и психоэмоционального состояния ребенка.

Детские сады и родители озабочены улучшением физического и психоэмоционального развития детей, поэтому заинтересованы в открытии кружков спортивного направления, поэтому танцы по запросу родителей занимают особое место.

Занятия танцами приучают не только эстетическому воспитанию и формированию творческого начала в ребенке, но и развивают фантазию, образное мышление.

Танцор развивает гибкость, подвижность в суставах, что является мощным профилактическим средством многих заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Дети приобретают навыки актерского мастерства, что помогает им ярче и точнее выражать свои чувства, свободно держаться на сцене. Умение красиво двигаться повышает самооценку ребенка, придает уверенность.

Способствует с ранних лет чувству коллективизма, работы в паре (в команде).

Данная программа предполагает освоение азов танца с предметом: Танец с обручем, танец с мячом, танец с использованием гимнастической палки, танец с использованием скакалки.

Адресат ДОП: на обучение принимаются обучающиеся (мальчики и девочки) 5 - 6 лет, без ограничения и специального отбора, мотивированные на занятия физической культурой и спортом. Наличие специальных способностей, умений и навыков для занятий спортивными танцами - не требуется.

Уровень освоения ДОП: общекультурный.

Объем и срок освоения ДОП: 1 год, 32 учебных часа.

Цель и задачи ДОП:

Цель: развитие индивидуальных способностей детей на основе формирования интереса к физической культуре и спорту в процессе занятий спортивными танцами.

Задачи:

Образовательные задачи:

- Познакомить детей с основными гимнастическими предметами: гимнастические ленточки, обруч, мяч, скакалка, гимнастическая палка.
- Учить основам движений с использованием гимнастических предметов.
- Изучить комплексы физических разминок и растяжек.

Развивающие задачи:

- Развивать умение действовать по плану педагога.
- Формировать правильную опорно-двигательную систему организма.
- Развивать координацию движений.
- Способствовать укреплению здоровья и совершенствованию физической формы.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 72 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Чурсина Любовь Николаевна, Заведующий
24.09.26 17:37 (MSK) Сертификат 7F52818360729F0B4631D035E374E9FF

Воспитательные задачи:

- Воспитывать самостоятельность в исполнении упражнений.
- Воспитывать морально-волевые качества: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах, чувство товарищества, ответственность.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты

- Может самостоятельно исполнить основные движения с предметами.
- Приобретение опыта в двигательной деятельности, координации движений и гибкости.

Метапредметные результаты

- Может действовать по словесному и зрительному плану педагога.
- Развиты основные физические, морально-волевые качества.

Предметные результаты

- Знает основные движения с предметами: вращение, перекат, подбрасывание.
- Знает разминочные комплексы (упражнения для рук и ног).
- Знает правила поведения в спортивном зале.

2. Организационно-педагогические условия реализации ДОП:

Язык реализации ДОП: русский.
Форма обучения ДОП: очная.
Условия набора и формирования групп ДОП:

Условия набора в коллектив: принимаются все желающие без специального отбора и наличия базовых знаний в данной области деятельности.

Условия формирования групп: одновозрастные. Количество обучающихся в группе: списочный состав групп формируется с учетом санитарных норм, особенностей реализации программы - не менее 15 человек.

Формы организации и проведения занятий: групповая; занятия проводится всем составом объединения.

Формы проведения занятий: традиционные - беседа, показ, практическая деятельность. Занятия носят как коллективные, так и индивидуальные формы работы.

Формы организации деятельности детей:

- фронтальная - работа педагога со всеми детьми одновременно (беседа, показ, объяснение);
- групповая - организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь);
- коллективная - организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно;
- индивидуальная работа с детьми (отработка отдельных навыков)

Материально-техническое оснащение:

1. Физкультурный/музыкальный зал для проведения занятий; напольное покрытие (ковер, паркет); система хранения оборудования и спортивного инвентаря.

2. Оборудование и средства обучения: музыкальный центр/ DVD проигрыватель, подборка музыкальных файлов на диске/USB-накопителе; гимнастические коврики, спортивный инвентарь: гимнастические ленточки, флажки, обручи, скакалки, мячи, гимнастические палки.

Кадровое обеспечение ДОП: педагог дополнительного образования. В реализации программы могут быть задействованы воспитатели возрастных групп, инструктор по физической культуре с учетом направленности возрастной группы.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 72 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Чурсина Любовь Николаевна, Заведующий
24.09.26 17:37 (MSK) Сертификат 7F52818360729F0B4631D035E374E9FF

Учебный план

№ п/п	Блок	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теорети-ческих занятий	Практи-ческих занятий	
1.	Теория: терминология, инструктаж по технике безопасности, беседы, показ	1	1	-	Беседа, наблюдение, педагогическая диагностика
2.	Физические, музыкально-ритмические упражнения, комплексы растяжки	6	1	5	Беседа, показ, выполнение элементов упражнений, игр, танца; наблюдение
3.	Изучение основных упражнений с предметом	10	2	8	Беседа, показ, выполнение элементов упражнений, игр, танца; наблюдение
4.	Самостоятельная практика	6	-	6	Беседа, показ, выполнение элементов упражнений, игр, танца; наблюдение
5.	Игровые минутки	5	-	5	Беседа, выполнение элементов упражнений, игр, танца; наблюдение
6.	Открытые мероприятия	4	-	4	Беседа, показ, выполнение элементов упражнений, игр, танца; наблюдение, педагогическая диагностика
	Итого:	**32**	**4**	**28**	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 72 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Чурсина Любовь Николаевна, Заведующий

24.09.26 17:37 (MSK) Сертификат 7F52818360729F0B4631D035E374E9FF