

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида № 24 «Радуга» с приоритетным  
осуществлением художественно – эстетического направления развития  
воспитанников» города Невинномысска

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета  
протокол №2 от 04.10.2019 г.

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом МБДОУ № 24  
г. Невинномысска

от 07.10.2019 г. № 289-о/д

Заведующий  С.В.Костина



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
по ритмической пластике «Ритмическая мозаика»  
на 2019 – 2020 учебный год

Ставропольский край, город Невинномысск  
Улица Гагарина, 17А  
Тел. 7-47-99

Невинномысск  
2019г.

## СОДЕРЖАНИЕ

Наименование раздела	стр.
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1. Пояснительная записка	3
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	6
2.1. Возрастные особенности	6
2.1. Описание образовательной деятельности	12
2.2. Планирование содержания работы	14
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	25
3.1. Формы и режим организации занятий	25
3.2. Календарно – тематический план	26
3.4. Литература	41

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Пояснительная записка.

В настоящее время ритмическое воспитание приобретает все большее значение, так как является массовым и доступным для всех. За последние годы созданы и изданы многочисленные методические пособия по музыкально – ритмическому воспитанию, но специализированной программы по оказанию дополнительных услуг в рамках развития музыкально – ритмических способностей детей дошкольного возраста, к сожалению, нет. Поэтому, возникла необходимость в ее создании.

Танец всегда был и остается любимым занятием детей. Он и развивает, и развлекает ребят. Плавные, спокойные, быстрые, ритмичные движения под красивую музыку доставляют детям эстетическое наслаждение. Через танец дети познают прекрасное, лучше понимают красоту окружающего мира. В программе сохранена одна из проблем нашего времени, а именно, музыкально-эстетическое воспитание детей дошкольного возраста посредством применения ритмических композиций.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»
- Приказ Мин.обр.науки РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении ФГОС ДО»
- СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013 г. №26
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.08.2013г. №1014"Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".
- Примерной программой воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы» под ред. Вераксы
- Буренина А.И.- «Ритмическая мозаика». Санкт-Петербург, 2000.
- Ладушки «Потанцуй со мной дружок» - И.Каплунова, И. Новоскольцева.
- «Танцевальная ритмика» – Т. Суворова.

Программа включает в себя три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений, составлена в соответствии с ФГОС ДО.

В содержание программы входит календарно-тематическое планирование с учетом возрастных и индивидуальных особенности детей, воспитывающихся в ДОУ, учебный план.

Программа по ритмике рассчитана на три года обучения и направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.

Программа рассчитана на 36 учебных часов. Занятия проводятся 1 раз в неделю. С целью сохранения здоровья, и, исходя из программных требований, продолжительность занятия соответствует возрасту детей: 2 младшая группа – 15 мин., средняя группа – 20 мин., старшая группа – 25 мин., подготовительная группа – 30 мин.

Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (октябрь), итоговая (май).

В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: ритмика, гимнастика, танец.

В нетрадиционные виды упражнений входят разделы: пластика, пальчиковая гимнастика, музыкально-подвижные игры.

В креативную гимнастику входят разделы: музыкально-творческие игры и специальные задания.

**Цель** – приобщить детей к танцевальному искусству.

### **Задачи:**

-научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства;

-Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы;

-Формировать пластику, культуру движения, их выразительность;

-научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

-развивать музыкальные и физические данные детей, образное мышление, фантазию и память;

- формировать творческую активность и развитие интереса к танцевальному искусству;

-воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному; трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре.

**Отличительные особенности программы:** большое количество игровых упражнений, которые придают занятиям увлекательную форму, дают простор творческой фантазии для детей.

Данная комплексность основывается на следующих принципах:

1. **Принцип доступности и индивидуализации**, предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим –

определение посильных для него заданий. Определенная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка степени сложности заданий. Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка.

2. **Принцип постепенного повышения требований**, заключается в постановке перед ребенком и в выполнении им более трудных новых заданий, в постепенном увлечении объема и интенсивности нагрузок.

3. **Принцип систематичности** – один из ведущих. Имеется ввиду непрерывность и регулярность занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня умелости.

4. **Принцип сознательности и активности**, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для успешного достижения цели ребенку необходимо представлять, что и как нужно выполнять и почему именно так, а не иначе.

5. **Принцип повторяемости материала**, хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнении вносятся какие-то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

6. **Принцип наглядности** в обучении хореографии понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

Все вышеизложенные принципы отражают определенные стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются в отдельности. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи.

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Возрастные особенности дошкольников

#### Возрастные особенности дошкольников 3-4 лет

На четвёртом году жизни ребёнка интенсивно формируются основы его личности. Проявляются так же сложные нравственные чувства, как любовь к близким, гуманное отношение к животным, растениям, стремление быть хорошим, добрым.

Продолжается становление музыкального восприятия. Внимание ребёнка делается всё более произвольным, поэтому он может слушать музыкальное произведение до конца, т.е. способен обладать элементарными основами слушательской культуры. В 3 года, при условии системного приобщения ребёнка к посильным действиям в музыкальной деятельности, уровень восприятия музыки вполне достаточен, чтобы служить основой дальнейшего музыкального образования (воспитания, обучения и развития) дошкольника.

В этом возрасте у малыша уже достаточен объём музыкально – слуховых представлений. Дети помнят, узнают, называют довольно много знакомых музыкальных произведений, что свидетельствует об обогащении их музыкальной памяти. Приобретённый ранее музыкальный опыт позволяет им вслушиваться и различать музыку первичных жанров (песня, танец, марш).

Дети способны воспринимать с огромным удовольствием яркий контрастный образ музыкального произведения и не менее ярко проявлять эмоциональную отзывчивость на музыку. Восприятие музыки становится не только более эмоциональным, но и дифференцированным: различает контрастные регистры, темпы, динамические оттенки, тембры инструментов. Поэтому, дети смогут в непринуждённой обстановке, освоить музыкально – дидактические игры и упражнения, доступные их возрасту по содержанию, правилам и длительности. У ребят могут успешно развиваться музыкально – сенсорные способности.

Таким образом, данный возраст весьма благоприятен для дальнейшего приобщения детей к слушанию доступной им музыки, однако, в этом возрасте, произвольность поведения только формируется и музыкальная деятельность имеет неустойчивый характер. Ребёнок по – прежнему не может долго слушать музыку, и продолжительность её звучания должна быть чётко регламентирована.

На 4 году жизни у детей сохраняется большой интерес к певческой деятельности, они способны успешно ею овладевать. Наблюдается большое желание петь знакомое и осваивать новое. Овладение речью позволяет малышам довольно внятно пропевать слова песни, а подражая взрослым, они способны освоить протяжное звуковедение.

Вместе с тем возможности ребёнка в этом возрасте в пении попрежнему невелики, поскольку голосовые связки находятся в зачаточном состоянии. Певческий голос довольно слабый, естественное пение отрывистое, певческое дыхание короткое, певческая дикция в основном

нечёткая и неясная, а у некоторых вообще отсутствуют отдельные звуки, певческий диапазон небольшой (ре-ля). У детей проявляется тип певческого голоса; в силу психологических возможностей они не могут следить за чистотой певческой интонации.

У детей 4 года жизни в связи с дальнейшим развитием опорно – двигательного аппарата и повышением двигательной активности ребёнок приобретает новые возможности: движения под музыку становятся более координированными; в танцах, играх отмечается способность проявлять эмоциональную отзывчивость, адекватную характеру музыки; различать в музыке контраст, проявлять умение менять движения в связи со сменой характера музыки; ходьба, бег, несложные танцевальные движения довольно ритмичны; движения в танцах и играх выполняются самостоятельно. В свободных плясках, как правило, движения остаются однотипными, но выполняются с радостью.

Вместе с тем, возможности детей этого возраста в движениях под музыку пока ещё не очень велики: движения тяжеловаты, ребёнок не способен их детализировать; не следит за осанкой, в свободных плясках старается держаться группы детей; слабо ориентируется в пространстве; продолжительность игры, танца небольшая.

Однако, всё это не снижает интереса детей и их возможности в овладении движениями под музыку. На 4 году жизни ребёнка всё больше привлекает звучание детских музыкальных инструментов. В этом возрасте ребёнок с любопытством обследует их, с удовольствием пробует импровизировать на них. Однако возможности приобщения детей к игре небольшие: слуховой опыт невелик, недостаточна координация движения рук.

Искусство синкретично в своих истоках, как и детское творчество. Игра – драматизация, как маленький спектакль, является переходной формой синкретического искусства, которая доступна детям.

Дети 4 года жизни великолепно могут включаться в игру, «входить в роль», затем переносить элементы музыкального спектакля в самостоятельную игровую деятельность.

Вовлечение детей в возрасте 3-4 лет в музыкальную игру – драматизацию создаст уникальную возможность для художественного их развития.

#### **Возрастные особенности дошкольников 4-5 лет.**

Для детей 4-5 лет характерны следующие особенности музыкально-ритмического развития:

направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях

(движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену частей музыки, в понимании пауз.

Слушая музыкальное произведение, ребенок чувствует и передает в движениях повторные, контрастные части музыки. Наблюдается двигательная выразительность в передаче музыкально-игровых образов. Дети умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

#### 1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;

- обогащение слушательского опыта - включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков, (например, из "Детского альбома" П.Чайковского: "Баба Яга", "Новая кукла", "Марш деревянных солдатиков" или из "Бирюлек" М.Майкапара: "Мотылек", "В садике" и др.);

- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое – грустное, шаловливое – спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);

- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый - умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3-частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;

- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выразить это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

#### 2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

##### Основные:

- ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

- бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ ("бабочки", "птички", "ручейки" и т.д.), широкий ("волк"), острый (бежим по "горячему песку");

- прыжковые движения - на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп - "лошадки", легкие поскоки;



общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;

имитационные движения - разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние ("веселый" или "трусливый зайчик", "хитрая лиса", "усталая старушка", "бравый солдат" и т.д.). Уметь передавать динамику настроения, например, "обида прошение - радость";

плясовые движения - элементы народных плясок, доступных по координации - например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной ногой, "выбрасывание" ног, полуприседания и полуприсядка для мальчиков и др. Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные).

### 3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

### 4. Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои,

оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

### 5. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой

- развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике - радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: "Кошка обиделась", "Девочка удивляется" и др.;

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;

- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи - в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании.

### 6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;

- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь

в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);

- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Рекомендуемый репертуар (из "Ритмической мозаики"):

1-е полугодие - повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций: "Марш", "Кораблики", "Красная шапочка", "Кот Леопольд", "Поросята".

2-е полугодие: "Антошка", "Волшебный цветок", "Мячик", "Кошка и девочка", "Веселая пастушка", "Песенка о лете" и др. (а также повторение всех ранее разученных композиций).

**Для детей 5-7 лет характерны следующие особенности музыкально-ритмического развития:**

дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.

У детей старшего возраста возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации танцевальных движений – из области хореографии. Это дает возможность подбирать более сложный музыкальный репертуар (включая и классические произведения).

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;

- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;

- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;

- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3-частную форму произведения (с малокоонтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;

- развитие способности различать жанр произведения - плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях.

## 2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, "с каблучка", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, "гусиным" шагом, с ускорением и замедлением;

- бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;

- прыжковые движения - на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок "легкий" и "сильный" и др.;

общеразвивающие упражнения - на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

имитационные движения - различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды - "вводе", "в воздухе" и т.д.);

плясовые движения - элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

## 3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, несколько кругов, становиться в пары и друг за другом, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций ("змейка", "воротики", "спираль" и др.).

## 4. Развитие творческих способностей:

- развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;

- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;

- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие

проявления и давать оценку другим детям.

### 5. Развитие и тренировка психических процессов:

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов - умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения - по фразам;

- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления - на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и Т.Д.);

- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: "Рыбки легко и свободно резвятся в воде", "Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной" и др.

### 6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам (например, радоваться успеху других детей и переживать, если кто-то упал или уронил предмет, головной убор во время движения);

- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;

- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр – например, если кто-то отдыхает или работает, не танцевать, не проявлять бурно радость, если у кого-то горе и т.д.);

- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее, на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Рекомендуемый репертуар (из "Ритмической мозаики"):

1-е полугодие: повторение репертуара, разученного в младших группах; новый репертуар - по выбору педагога (2-й и 3-й уровни сложности): "Упражнения с осенними листьями", "Кремена", "Три поросенка", "Кукляндия", "Упражнение с обручами", "Светит месяц", "Танцуй сидя", "Крокодил Гена" и др.

2-е полугодие: "Красный сарафан", "Полкис", "Месяц и звезды", "Два Барана "Птичка польку танцевала", "Птичий двор", "Цирковые лошадки", "Голубая вода", "Мельница" и др.

Сюжетные танцы: "Домисолька", "Богатыри", "Танец Тролле,

Старинные балльные танцы: "Полонез", "Менуэт", "Старинная полька" и др.

## 2.2 Описание образовательной деятельности

### Связь с другими образовательными областями

«Социально-коммуникативное развитие» «Социализация»  
«Безопасность» Формирование представления о танце как художественной

деятельности, виде искусства; Развитие игровой деятельности; формирование гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств. Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности в непосредственно образовательной деятельности по хореографии

**«Познавательное развитие»** Расширение кругозора детей в области о хореографического искусства; воспитывает вкус ребёнка и обогащает его разнообразными музыкальными впечатлениями, формирование целостной картины мира в сфере искусства танца, развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению.

**«Речевое развитие»** Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в области хореографии ; выражение собственных ощущений, используя язык хореографии, музыки, литературы, фольклора.

**«Художественно-эстетическое развитие»** Художественное творчество Привить детям любовь к танцу, соразмерно сформировать их танцевальные способности: развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус, интересы. Развитие детского творчества, приобщение к различным видам искусства, закрепления результатов восприятия музыки через движение и пластику. Формирование интереса к эстетической стороне окружающей действительности; развитие детского творчества, использование танца с целью усиления эмоционального восприятия художественных произведений

**«Физическое развитие»** Развитие физических качеств для хореографической деятельности, использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения различных видов детской деятельности и двигательной активности сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование представлений о здоровом образе жизни, укрепление физического и психического здоровья.

#### **Формы, способы, методы и средства реализации программы**

Основными формами работы являются: индивидуальные, парные, групповые и подгрупповые чередования.

- Индивидуальная (самостоятельное выполнение заданий);
- Групповая - предполагает наличие системы «педагог-группа воспитанник»;
- Парная - может быть представлена постоянными и сменными парами;
- Подгрупповая - концертная деятельность (выступление с танцевальными номерами).

Организация танцевальных занятий обеспечивается рядом **методических приемов**, которые вызывают у детей желание творчества.

**Метод показа.** Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

**Словесный метод.** Методический показ не может обойтись без словесных пояснений.

**Музыкальное сопровождение как методический прием.** Я своими пояснениями должна помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.

**Импровизационный метод.** На занятиях танцем я постепенно подвожу детей к возможности импровизации.

**Метод иллюстративной наглядности.** Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами.

**Игровой метод.** Через игру ребенок лучше все воспринимает. Я подбираю такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся.

**Концентрический метод.** По мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций я вновь возвращаюсь к пройденному, но уже предлагаю все более сложные упражнения и задания.

### 2.3 Планирование содержания работы

#### *Младшая группа*

Период прохождения материала	Программное содержание	Репертуар	Интеграция материала с содержанием работы других педагогов	Праздничны й материал
В течении года	Развитие умения начинать и заканчивать движения вместе с музыкой, двигаться в соответствии с образом характером музыки, ее темпераментом.  Формировать умение выполнять простейшие перестроения: становиться в круг,	"Маленький танец", "Птички и Ворона", "Разноцветная игра", "Плюшевый медвежонок",  "Веселые путешественники", "Чебрашка", "Рыбачок"	Сезонные изменения в природе (словесный рассказ, показ, изображение в рисунках и др.).  ведение птиц. Игрушки, их изображение Разучивание композиций	"Маленький танец", Игра "Птички и Ворона", Композиция "Разноцветная игра",  Сюжетный танец "Плюшевый медвежонок". Дополни-

<p>врассыпную, поворачиваясь лицом к зрителям.</p> <p>Развитие умений самостоятельно находить выразительные позы и движения в пластических этюдах, изображающих птиц, знакомых зверей, транспорт, игрушки, а также коммуникативные жесты ("Иди ко мне", "До свидания", "Нельзя"), жесты, выражающие состояния: "Жарко-холодно", "Обиделись-помирились" и др.</p>	<p>"Неваляшки", "Едем к бабушке в деревню", а также дополнительно :</p>	<p>для проведения зарядки, физкультурных минуток, интегрированных занятий:</p>	<p>тельно к осеннему празднику: К Новому году утреннику: "Неваляшки"</p>
--	---	--	--

**Перспективное тематическое планирование**  
**Средняя группа.**

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	<u>Вводное занятие.</u>
2.	<u>Партерная гимнастика:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп;</li> <li>- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;</li> <li>- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;</li> <li>- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;</li> <li>- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;</li> <li>- упражнения для исправления осанки;</li> <li>- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.</li> </ul>
3.	<u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игра «Найди свое место»;</li> <li>- простейшие построения: линия колонка;</li> <li>- простейшие перестроения: круг;</li> <li>- сужение круга, расширение круга;</li> <li>- интервал;</li> <li>- различие правой, левой руки, ноги, плеча;</li> <li>- повороты вправо, влево;</li> <li>- пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7);</li> <li>- движение по линии танца, против линии танца.</li> </ul>
4.	<u>Упражнения для разминки:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повороты головы направо, налево;</li> <li>- наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»;</li> <li>- наклоны корпуса назад, вперед, в сторону;</li> <li>- движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»;</li> <li>- повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед;</li> <li>- повороты плеч с одновременным полуприседанием;</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх;</li> <li>- «Качели» (плавный перекал с полупальцев на пятки);</li> <li>- чередование шагов на полупальцах и пяточках;</li> <li>- прыжки поочередно на правой и левой ноге;</li> <li>- простой бег (ноги забрасываются назад);</li> <li>- «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра);</li> <li>- «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра);</li> <li>- «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед);</li> <li>- прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без;</li> <li>- бег на месте и с продвижением вперед и назад.</li> </ul>
5.	<p><u>Классический танец.</u></p> <p>1. <i>Постановка корпуса.</i></p> <p>2. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовительная позиция;</li> <li>- позиции рук (1,2,3);</li> <li>- постановка кисти;</li> <li>- отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца;</li> <li>- раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению;</li> </ul> <p>3. <i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции ног (выворотные 1,2,3);</li> <li>- demiplie (по 1 позиции);</li> <li>- relieve ( по 6 позиции);</li> <li>- sothe ( по 6 позиции);</li> <li>- легкий бег на полупальцах;</li> <li>- танцевальный шаг;</li> <li>- танцевальный шаг по парам ( руки в основной позиции);</li> <li>- перенос корпуса с одной ноги на другую (через battementendu);</li> <li>- реверанс для девочек, поклон для мальчиков.</li> </ul> <p>4. <i>Танцевальные комбинации.</i></p>
6.	<p><u>Народный танец.</u></p> <p>1. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовка к началу движения (ладошка на талии);</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- хлопки в ладоши;</li> <li>- взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.);</li> <li>- положение «полочка» (руки перед грудью);</li> <li>- положение «лодочка».</li> </ul> <p><i>2. Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая);</li> <li>- простой бытовой шаг;</li> <li>- « Пружинка»-маленькое тройное приседание ( по 6 позиции);</li> <li>- «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса;</li> <li>- battementtendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере;</li> <li>- battementtendu вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием;</li> <li>- притоп простой, двойной, тройной;</li> <li>- ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами;</li> <li>- простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции;</li> <li>- простой приставной шаг с притопом;</li> <li>-поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без);</li> <li>- приставной шаг с приседанием;</li> <li>- приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения);</li> <li>- приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота;</li> <li>- приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения);</li> <li>- приставные шаги по парам , лицом друг к другу (положение рук «лодочка»);</li> <li>- «елочка»;</li> <li>- «ковырялочка»;</li> <li>- поклон в русском характере (без рук).</li> </ul> <p><i>3. Танцевальные комбинации.</i></p>
7.	<p>Танцевальные этюды, танцы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сюжетный танец «Лето».</li> </ul>
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.

9.	Итоговое контрольное занятие.
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.

*Старшая группа.*

п/п	<b>Тематическое планирование.</b>
.	<b>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</b>
.	<p><b><u>Классический танец :</u></b></p> <p><b>1. Упражнения на ориентировку в пространстве:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положение прямо (анфас), полуоборот, профиль;</li> <li>- свободное размещение по залу, пары, тройки;</li> <li>- квадрат А.Я.Вагановой.</li> </ul> <p><b>2. Положения и движения рук:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перевод рук из одного положения в другое.</li> </ul> <p><b>3. Положения и движения ног:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции ног (выворотные);</li> <li>- шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад;</li> <li>- танцевальный шаг назад в медленном темпе;</li> <li>- шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад).</li> <li>- relieve по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2 ,1/4, 1/8);</li> <li>- demi-plie по 1,2,3 поз.;</li> <li>- demi-plies с одновременной работой рук;</li> <li>- сочетание полуприседания и подъема на полупальцы;</li> <li>- sothe по 1,2,6 поз.;</li> <li>- sothe в повороте (по точкам зала).</li> </ul> <p><b>4. Танцевальные комбинации.</b></p>
.	<p><b><u>Народный танец :</u></b></p> <p><b>1. Положения и движения рук:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положение на поясе – кулачком;</li> <li>- смена ладошки на кулачок;</li> <li>- переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца);</li> <li>- хлопки в ладоши – двойные, тройные;</li> </ul>

- руки перед грудью – «полочка»;
- «приглашение».

***Положение рук в паре:***

- «лодочка» (поворот по руку);
- «под ручки» (лицом вперед);
- «под ручки» (лицом друг к другу);
- сзади за талию ( по парам, по тройкам).

***2. Движения ног:***

- шаг с каблука в народном характере;
  - простой шаг с притопом;
  - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта);
  - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию);
  - battementtendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с demi-plie;
  - battementtendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом;
  - притоп простой, двойной, тройной;
  - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу;
  - простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад;
  - простой дробный ход (с работой рук и без);
  - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга);
  - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад;
  - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками;
  - танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию);
  - прыжки с поджатыми ногами;
  - «шаркающий шаг»;
  - «елочка»;
  - «гармошка»;
  - поклон на месте с руками;
  - поклон с продвижением вперед и отходом назад;
  - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции;
  - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом;
  - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.
- (мальчики)**

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции);</li> <li>- подскоки на двух ногах ( 1 прямая, свободная позиция).</li> </ul> <p><u>(девочки)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию ( вверху, между 2 и 3 позициями)</li> <li>- маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»;</li> <li>- бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»;</li> </ul> <p><b>3. Упражнения на ориентировку в пространстве:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- диагональ;</li> <li>- простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре;</li> <li>- «звездочка»;</li> <li>- «корзиночка»;</li> <li>- «ручеек»;</li> <li>- «змейка».</li> </ul> <p><b>4. Танцевальные комбинации.</b></p>
	<p><b><u>Бальный танец:</u></b></p> <p><b>1. Постановка корпуса, головы, рук и ног.</b></p> <p><b>1. Движения ног:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шаги: бытовой, танцевальный;</li> <li>- поклон и реверанс;</li> <li>- боковой подъемный шаг (pareleve);</li> <li>- « боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям);</li> <li>- «пике» (одинарный, двойной) в прыжке;</li> <li>- легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед.</li> </ul> <p><b>2. Движения в паре:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика;</li> <li>- « боковой галоп» вправо, влево;</li> <li>- легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону.</li> </ul> <p><b>3. Положения рук в паре:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основная позиция;</li> <li>- «корзиночка».</li> </ul> <p><b>4. Танцевальные комбинации.</b></p>
	<p><b>Этюды:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сюжетный танец «Мотылек»;</li> </ul>

	- «Кадриль»; - «Вальс».
	<b>Подготовка к итоговому контрольному занятию.</b>
	<b>Итоговое контрольное занятие.</b>
	<b>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.</b>

*Подготовительная группа.*

<b>п/п</b>	<b>Тематическое планирование.</b>
	<b>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</b>
	<p><b><u>Классический танец:</u></b></p> <p><b>1. Повтор 2 года обучения.</b></p> <p><b>2. Движения рук:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- portdebras.</li> </ul> <p><b>3. Движения рук:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-demi-plie ;</li> <li>- battement tendu;</li> <li>- passé;</li> <li>- relleve.</li> </ul> <p><b>4. Танцевальные комбинации.</b></p>
	<p><b><u>Народный танец:</u></b></p> <p><b>1. Положения и движения рук:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- переводы рук из одного положения в другое;</li> <li>- скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»;</li> <li>- скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики);</li> <li>- взмахи платочком (девочки).</li> </ul> <p><b>2. Движения ног:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поклон в русском характере;</li> <li>- кадрильный шаг с каблука;</li> <li>- шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу);</li> <li>- пружинящий шаг;</li> <li>- хороводный шаг;</li> </ul>

- хороводный шаг с остановкой ноги сзади;
- хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок;
- переменный ход вперед, назад;
- «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук);
- ковырялочка с подскоком;
- боковое «припадание» по 3 поз.;
- «припадание» в повороте;
- перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону;
- поочередное выбрасывание ног перд собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад);
- подготовка к «веревочке»;
- «веревочка»;
- прыжок с поджатыми;
- (девочки):
- вращение на полупальцах;
- (мальчики):
- присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»);
- присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу;
- присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук;
- скользящий хлопок по бедру, по голени;
- одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад;
- «гусиный шаг».

### **3. Движения в паре:**

- соскок на две ноги лицом друг к другу;
- пружинящий шаг под ручку ( в повороте).

### **Упражнения на ориентировку в пространстве:**

- «воротца»;
- «карусель».

### **5. Танцевальные комбинации.**

#### **Бальный танец:**

#### **1. Повтор 2 года обучения.**

#### **2. Положения и движения ног:**

#### **Полька:**

- раг польки (по одному, по парам);
- раг польки в сочетании с подскоками;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад);</li> <li>- прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу;</li> <li>- «подскоки» в повороте (по одному и по парам).</li> </ul> <p><b>Вальс:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- раг вальса (по одному, по парам);</li> <li>- раbalance (на месте, с продвижением вперед, назад).</li> </ul> <p><b>Полонез:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- раг полонеза;</li> <li>- раг полонеза в парах по кругу.</li> </ul> <p><b>Чарльстон:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основное движение – «чарльстона»;</li> <li>- двойной чарльстон;</li> <li>- чередование одинарного и двойного чарльстона;</li> <li>- чарльстон с точкой вперед, назад, с продвижением вперед, назад, с поворотом;</li> <li>- пружинящий шаг с открыванием рук в стороны.</li> </ul> <p><b>3. Движения в паре:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину;</li> <li>- легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта).</li> </ul> <p><b>4. Танцевальные комбинации.</b></p>
	<p><b>Этюды:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Русская плясовая»;</li> <li>- «Полька»;</li> <li>- «Чарльстон».</li> </ul>
	<p><b>Подготовка к итоговому контрольному занятию.</b></p>
	<p><b>Итоговое контрольное занятие.</b></p>



### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1 Формы и режим организации занятий**

Платные дополнительные образовательные услуги осуществляются за счет внебюджетных средств или целевых поступлений (средств сторонних организаций или частных лиц, в т.ч. родителей, на условиях добровольного волеизъявления) и не могут быть оказаны взамен или в рамках основной образовательной деятельности, финансируемой из бюджета.

Занятия по дополнительному образованию детей на платной основе проводятся во второй половине дня после дневного сна 2 раза в неделю.

**Форма организации занятий** – групповая.

**Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности:**

Для детей 3 – 4 лет – 15 минут

Для детей 4-5 лет – 20 минут

Для детей 5-6 лет – 25 минут;

Для детей 6-7 лет – 30 минут.

**3.2. Календарно-тематический план.**  
**СРЕДНЯЯ ГРУППА.**

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> <i>Вводное занятие.</i>	<u>Занятие 2.</u> <i>Партерная гимнастика.</i>	<u>Занятие 3.</u> <i>Партерная гимнастика.</i>	<u>Занятие 4.</u> <i>Партерная гимнастика.</i>
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 5.</u> <i>Постановка корпуса.</i> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия, колонка.	<u>Занятие 6.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками. <i>Упражнения на ориентировку</i>	<u>Занятие 7.</u> <i>(н.т.)</i> <i>Положения и движения рук:</i> - подготовка к началу движения (ладошка на талии). <i>Положения и движения ног:</i> - простой бытовой шаг вперед с каблука.	<u>Занятие 8.</u> <i>(н.т.)</i> <i>Положения и движения ног:</i> - 6 позиция. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов). <i>(к.т.)</i> <i>Положения и движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах.

		<p><i>пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга;</li> <li>- интервал.</li> </ul>		
Н О Я Б Р Ь	<p><u>Занятие 9.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различие правой и левой руки, ноги плеча;</li> <li>- повороты вправо, влево.</li> </ul> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- движения по линии танца, против линии танца.</li> </ul>	<p><u>Занятие 10.</u> <i>(н.т.) Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Пружинка» - маленькое тройное приседание;</li> <li>- «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса.</li> </ul> <p><i>Упражнения для разминки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- простой бег (ноги забрасываются назад);</li> <li>- простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.</li> </ul>	<p><u>Занятие 11.</u> <i>Упражнения для разминки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Цапельки» - шаги с высоким подниманием бедра;</li> <li>- «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра.</li> </ul>	<p><u>Занятие 12.</u> <i>Упражнения для разминки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх;</li> <li>- прыжки поочередно на правой и левой ноге.</li> </ul> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7).</li> </ul> <p><i>(к.т.)</i> <i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-sote (6 позиция).</li> </ul>

Д Е К А Б Р Ь	<p><u>Занятие 13.</u> (к.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2,3)</p>	<p><u>Занятие 14.</u> (н.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая).</p>	<p><u>Занятие 15.</u> Упражнения для разминки: - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны. (к.т.) Положения и движения рук: - постановка кисти; - подготовительная позиция; - раскрытие и закрытие рук, подготовка к началу движения.</p>	<p><u>Занятие 16.</u> (к.т.) Положения и движения рук: - позиции рук (1-3); - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.</p>
Я Н В А Р Ь	<p><u>Занятие 17.</u> (к.т.) Положения и движения рук: - раскрытие и закрытие рук. Положения и движения ног: - relieve по 6 позиции подряд на каждый</p>	<p><u>Занятие 18.</u> (к.т.) Положения и движения ног: - demi-plie (1 поз.). (н.т.) Положения и движения ног: - battementtendu вперед, сторону на носок с</p>	<p><u>Занятие 19.</u> (н.т.) Положения и движения ног: - battementtendu на носок с переводом на каблук и одновременным приседанием. Положения и движения рук: - хлопки в ладоши.</p>	<p><u>Занятие 20.</u> (н.т.) Положения и движения ног: - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.</p>

	сет муз. такта и с фиксацией наверху.	переводом на каблук в русском характере.		
Ф Е В Р А Л Б	<p><u>Занятие 21.</u> (к.т.) Положения и движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед).</p> <p>Положения и движения ног: - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции).</p>	<p><u>Занятие 22.</u> (н.т.) Положения и движения рук: - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.).</p> <p>Положения и движения ног: - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.</p>	<p><u>Занятие 23.</u> (н.т.) Положения и движения ног: - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.</p>	<p><u>Занятие 24.</u> (н.т.) Положения и движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью).</p> <p>Положения и движения ног: - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).</p>
М А Р Т	<p><u>Занятие 25.</u> (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения); - приседание на двух</p>	<p><u>Занятие 26.</u> (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам, лицом друг к другу.</p> <p>Положения и</p>	<p><u>Занятие 27.</u> (н.т.) Положения и движения ног: - «Ковырялочка»; - «Ковырялочка» (с притопом).</p>	<p><u>Занятие 28.</u> (н.т.) Положения и движения ног: - «Елочка»; - поклон в русском характере (без рук).</p>

	ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.	<i>движения рук:</i> - «Лодочка» (положение рук в паре).		
А П Р Е Л Б	<u>Занятие 29.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> -перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков.	<u>Занятие 30.</u> <i>Танцевальные этюды:</i> - сюжетный танец «Лето».	<u>Занятие 31.</u> <i>Танцевальные этюды:</i> - сюжетный танец «Лето».	<u>Занятие 32.</u> <i>Танцевальные этюды:</i> - сюжетный танец «Лето».
М А Й	<u>Занятие 33.</u> <i>Танцевальные этюды:</i> - сюжетный танец «Лето».	<u>Занятие 34.</u> <i>Подготовка к контрольному итоговому занятию.</i>	<u>Занятие 35.</u> <i>Итоговое контрольное занятие.</i>	<u>Занятие 36.</u> <i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.</i>

### СТАРШАЯ ГРУППА.

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е	<u>Занятие 1.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.	<u>Занятие 2.</u> (к.т.) <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и	<u>Занятие 3.</u> (к.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - положение прямо	<u>Занятие 4.</u> (к.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - квадрат А.Я.Вагановой;

Н Т Я Б Р Ь		движения ног. Положения и движения рук. Упражнения на ориентировку в пространстве	(анфас), полуоборот, профиль. <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног(выворотные); - relieve по 1,2,3 позициям.	<i>Положения и движения ног:</i> -sotte по 1,2,6 позиции по точкам зала. <i>Положения и движения ног:</i> - sotte в повороте (по точкам зала).
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 5.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы. <i>Положения и движения ног:</i> - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в медленном темпе.	<u>Занятие 6.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - свободное размещение по залу, пары, тройки. <i>Положения и движения ног:</i> - шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах. - demi-plie с одновременной работой рук.	<u>Занятие 7.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i>	<u>Занятие 8.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Сюжетный танец «Мотылек».</i>
Н О	<u>Занятие 9.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Повторение 1 года обучения.</i>	<u>Занятие 10.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i>	<u>Занятие 11.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - шаг с каблука в	<u>Занятие 12.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с

Я Б Р Б	Положения и движения ног.	- положение рук на поясе – кулачком; - смена ладшки на кулачок.	народном характере; - простой шаг с притопом. <b>Положения и движения рук:</b> - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).	выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта) и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).
Д Е К А Б Р Б	<b>Занятие 13.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - battementtendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plie. <b>Движения ног:</b> - притоп простой, двойной, тройной; - battementtendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с притопом	<b>Занятие 14.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Положения и движения рук:</b> - «приглашение». - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка». <b>Движения ног:</b> - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу.	<b>Занятие 15.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Положения рук в паре:</b> - «лодочка» (поворот под руку). <b>Движения ног:</b> Простой шаг с притопом с продвижением перед, назад.	<b>Занятие 16.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - простой дробный ход (с работой рук и без). - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга). <b>Положения рук в паре:</b> - «под ручки» (лицом вперед).
	<b>Занятие 17.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Положение рук в паре:</b>	<b>Занятие 18.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Положения рук в паре:</b>	<b>Занятие 19.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Упражнения на ориентировку в пространстве:</b>	<b>Занятие 20.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного</b>



<p>Я Н В А Р Б</p>	<p>- «под ручки» (лицом друг к другу). <b>Движения ног:</b> - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками. <b>Упражнения на ориентировку в пространстве:</b> - простейшие перестроения : колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.</p>	<p>- сзади за талию (по парам, тройкам). <b>Движения ног:</b> - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию). <b>Упражнения на ориентировку в пространстве:</b> - диагональ.</p>	<p>- «змейка»; - «ручеек». <b>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</b></p>	<p><b>танца.</b> <b>Движения ног:</b> - прыжки с поджатыми ногами.</p>
<p>Ф Е В Р А Л Б</p>	<p><b>Занятие 21.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - «шаркающий шаг». - «елочка»; <b>(мальчики):</b> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).</p>	<p><b>Занятие 22.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - «гармошка»; <b>(девочки):</b> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями). - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом;</p>	<p><b>Занятие 23</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад. <b>(мальчики):</b> - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); <b>(девочки):</b> - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед</p>	<p><b>Занятие 24.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Упражнения на ориентировку в пространстве:</b> - «звездочка». - «корзиночка».</p>

		(девочки): - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».	грудью «полочка».	
М А Р Т	<u>Занятие 25.</u> (п.т.) <i>Движения ног:</i> - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции. - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.	<u>Занятие 26.</u> (п.т.) <i>Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</i>	<u>Занятие 27.</u> (п.т.) <i>«Кадриль».</i>	<u>Занятие 28.</u> (б.т.) <i>Постановка корпуса, головы, рук и ног.</i> <i>Движения ног:</i> - шаги: бытовой и танцевальный. - поклон, реверанс.
А П Р Е Л Ь	<u>Занятие 29.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> - «боковой галоп» простой (по кругу). - «боковой галоп» с притопом (по линиям).	<u>Занятие 30.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> - «пике» (одинарный) в прыжке. - «пике» (двойной) в прыжке.	<u>Занятие 31.</u> (б.т.) <i>Положения рук в паре:</i> - основная позиция. <i>Движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед. <i>Движения в паре:</i> - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика.	<u>Занятие 32.</u> (б.т.) <i>Движения в паре:</i> - «боковой галоп» вправо, влево. - легкое покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам.
	<u>Занятие 33.</u> (б.т.)	<u>Занятие 34.</u> (б.т.)	<u>Занятие 35.</u> <u>Занятие 70.</u>	<u>Занятие 36.</u> <u>Диагностика уровня</u>

М А Й	<b>Движения ног:</b> - боковой подъемный шаг.	<b>Танцевальная комбинация, построенная на элементах балльного танца.</b>	<b>Итоговое контрольное занятие.</b>	<b>Музыкально-двигательных способностей детей.</b>
	<b>Положения рук в паре:</b> - «корзиночка».	<b>Подготовка к контрольному итоговому занятию.</b>		

**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА.**

Месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<b>Занятие 1.</b> <b>Диагностика</b> уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.	<b>Занятие 2.</b> <b>Повторение</b> 2 года обучения. Классический танец (положения и движения ног). <b>Движения рук:</b> - port de bras.	<b>Занятие 3.</b> <b>(к.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - relieve. - demi – plie.	<b>Занятие 4.</b> <b>(к.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - battement tendu. <b>Движения ног:</b> - passé.
О К	<b>Занятие 5.</b> <b>Повторение</b> 2 года обучения. Народный танец	<b>Занятие 6.</b> <b>Повторение</b> 2 года обучения. Народный танец	<b>Занятие 7.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - поклон в русском	<b>Занятие 8.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - хороводный шаг с

Т Я Б Р Б	(положения и движения рук, положения рук в паре). Народный танец (движения ног упражнения на ориентировку в пространстве).	(движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве). <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое.	характере. - хороводный шаг.	остановкой ноги сзади.
Н О Я Б Р Б	<u>Занятие 9.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - переменный ход вперед, назад. <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; <u>(девочки):</u> - взмахи платочком.	<u>Занятие 10.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца»; - «карусель». <i>Движения ног:</i> - боковое «припадание» по 3 позиции.	<u>Занятие 11.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «припадание» в повороте. <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок по бедру, по голени.	<u>Занятие 12.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i>
	<u>Занятие 13.</u> <u>(н.т.)</u>	<u>Занятие 14.</u> <u>(н.т.)</u>	<u>Занятие 15.</u> <u>(н.т.)</u>	<u>Занятие 16.</u> <u>(н.т.)</u>

<p>Д Е К А Б Р Ь</p>	<p><b>Движения ног:</b> - кадрильный шаг с каблука. - шаркающий шаг (каблуком по полу).</p>	<p><b>Движения ног:</b> - шаркающий шаг (полупальцами по полу). - пружинящий шаг.</p>	<p><b>Движения ног:</b> - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук). «ковырялочка» с подскоком.</p>	<p><b>Движения ног:</b> - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте. - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.</p>
<p>Я Н В А Р Ь</p>	<p><b>Занятие 17.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте. - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.</p>	<p><b>Занятие 18.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - подготовка к «веревочке».</p>	<p><b>Занятие 19.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - прыжок с поджатыми; <b>(мальчики):</b> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком). - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»); <b>Движения в паре:</b> - соскок на две ноги лицом друг другу.</p>	<p><b>Занятие 20.</b> <b>(н.т.)</b> <b>Движения ног:</b> - пружинящий шаг под ручку по кругу; <b>(мальчики):</b> - присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу. - пружинящий шаг под ручку в повороте; <b>(мальчики):</b> - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.</p>
	<p><b>Занятие 21.</b></p>	<p><b>Занятие 22.</b></p>	<p><b>Занятие 23.</b></p>	<p><b>Занятие 24.</b></p>

<p>Ф Е В Р А Л Б</p>	<p><u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца». <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад. <u>(девочки):</u> - вращение на полупальцах; <u>(мальчики):</u> - «гусиный шаг».</p>	<p><u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «карусель». <i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</i></p>	<p><i>«Русская плясовая».</i></p>	<p><i>Повтор 2 года обучения.</i> Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре). <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - шаг польки (по одному); - шаг польки ( по парам).</p>
	<p><u>Занятие 25.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - «подскоки» (по одному, по парам);</p>	<p><u>Занятие 26.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - «пике» с одинарным и двойным</p>	<p><u>Занятие 27.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</i></p>	<p><u>Занятие 28.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Вальс:</i> - шаг вальса (по одному, по парам).</p>

<p>М А Р Т</p>	<p>- «подскоки» в повороте. - шаг польки в сочетании с «подскоками».</p>	<p>ударом о пол (с продвижением назад). - прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.</p>		<p>- parbalance (на месте, с продвижением вперед, назад).</p>
<p>А П Р Е Л Ь</p>	<p><b><u>Занятие 29.</u></b> <b><u>(б.т.)</u></b> <b><i>Движения в паре:</i></b> - легкий бег на полупальцах по парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину); - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка выполняет поворот под руку на сильную долю такта). <b><i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального</i></b></p>	<p><b><u>Занятие 30.</u></b> <b><u>(б.т.)</u></b> <b><i>Движения ног:</i></b> <b><i>Полонез:</i></b> - шаг полонеза; - шаг полонеза (в парах, по кругу). <b><i>Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»).</i></b></p>	<p><b><u>Занятие 31.</u></b> <b><u>(б.т.)</u></b> <b><i>Движения ног:</i></b> <b><i>Чарльстон:</i></b> - основное движение «Чарльстона». - двойной чарльстон.</p>	<p><b><u>Занятие 32.</u></b> <b><u>(б.т.)</u></b> <b><i>Движения ног:</i></b> <b><i>Чарльстон:</i></b> - чередование двойного и одинарного чарльстона. <b><i>Движения ног:</i></b> <b><i>Чарльстон:</i></b> - чарльстон с точкой вперед, назад</p>

	<i>танца («Вальс»).</i>			
<b>М</b>	<b><u>Занятие 33.</u></b>	<b><u>Занятие 34.</u></b>	<b><u>Занятие 35.</u></b>	<b><u>Занятие 36.</u></b>
<b>А</b>	<b><u>(б.т.)</u></b>	<b><u>«Чарльстон».</u></b>	<b><u>Итоговое</u></b>	<b><u>Диагностика уровня</u></b>
<b>Й</b>	<b><u>Движения ног:</u></b>	<b><u>Подготовка к</u></b>	<b><u>контрольное занятие.</u></b>	<b><u>музыкально-двигательных</u></b>
	<b><u>Чарльстон:</u></b>	<b><u>контрольному</u></b>		<b><u>способностей детей.</u></b>
	- чарльстон с	<b><u>итоговому занятию.</u></b>		
	продвижением вперед,			
	назад и с поворотом.			
	- пружинящий			
	шаг с открытием рук в			
	стороны.			



## Литература

1. А.И.Буренина « Коммуникативные танцы-игры для детей». « Ритмическая пластика для дошкольников».
2. Н.Зарецкая, З.Роот « Танцы в детском саду». Москва, изд. Айрис ПРЕСС 2003г.
3. И.Каплунова, И.Новоскольцева « Потанцуй со мной, дружок». Санкт-Петербург 2010г.