

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 11 «Солнышко» Ковровский район

Утверждена

Протоколом Педагогического совета
От 29.08.2025

Утверждаю

Заведующий МБДОУ детский сад
№ 11 «Солнышко»

Соколова О.А.

Приказ от № 137 от 29.08.2025



Подписано цифровой
подписью: Соколова
Ольга Александровна
Дата: 2025.09.16 11:33:49
+03'00'

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Хореография»**

Направленность - художественная

Уровень сложности - базовый

Возраст обучающихся – 4-7 лет

Срок реализации – 3 года

Составитель: Шулепова О.С

Малыгино, 2025

Структура ДООП

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Цели и задачи

Планируемые результаты

Содержание программы

Раздел 2. Комплекс организационно- педагогических условий

Календарный учебный график

Условия реализации программы

Формы аттестации

Оценочные материалы

Методические материалы

Список использованной литературы

Перечень нормативно- правовых актов, на основании которых разработана ДООП

- Декларация прав ребенка (1959 г.);
- Декларация о праве на развитие (1986 г.);
- Конвенция о правах ребенка (1989 г.);
- Декларация принципов терпимости (1995 г.);
- Конституция Российской Федерации (12. 12. 1993 г.);
- Закон Российской Федерации «Об образовании» (2012г.);
- Закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (1998г.);
- Концепция художественного образования в Российской Федерации (2004 г.);
- Санитарно эпидемические требования к учреждениям дополнительного образования детей. Санитарно эпидемические правила и нормы. СанПиН 2.4.4.1251-03 (20 июня 2003 года №27 Д);
- Проект федерального закона "Об образовании"(1 декабря 2010г);

Актуальность программы

обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Новизна настоящей программы

заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий.

Педагогическая целесообразность программы

обусловлена тем, что занятия укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние детей; развивают силу, гибкость и координацию движений; способствуют формированию интереса к занятиям хореографией; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку. Программа позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, привить трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручку, общение друг с другом. Это ведущие моменты в процессе обучения.

Пояснительная записка.

Сроки реализации программы:

3 года

Возраст детей участвующих в данной программе:

от 4 до 7 лет.

Особенности хореографической работы с детьми 4 -5 лет

Психологическая характеристика развития детей в хореографической работе

Двигательная активность, работоспособность, выносливость детей этого возраста уже согласованна в умении управлять своим телом, координировать движения, что является важным показателем для хореографического и умственного развития ребенка.

Хореографические занятия, построенные с использованием *предметно-наглядной деятельности*(атрибуты), способствуют развитию у детей образного мышления, фантазии, воображения. Благодаря этому предоставляются широкие возможности привнести в хореографический и воспитательный процессы полезные элементы, правила поведения по отношению к своим друзьям по группе и т. д.

Особенности хореографической работы с детьми 5-6 лет

Психологическая характеристика развития детей в хореографической работе

В этот период развития ребенок уже может воспроизводить движения в образах. Выполнение простых сюжетных и парных танцев происходит осмысленно, целенаправленно с анализом своих действий(*наглядно-образное мышление*). Ребенок свободно фантазирует при помощи выразительных, пластичных танцевальных движений под определенным характер мелодии; вместе с танцевальными движениями использует мимику и пантомимику, хорошо чувствует ритм.

В танцах он начинает развивать творческое воображение, сообразительность, волевые и нравственные качества.

Особенности хореографической работы с детьми 6-7 лет

Психологическая характеристика развития детей в хореографической работе

Дети этого возраста хорошо ориентируются в пространстве, правильно используют многообразные обозначения пространственных отношений, перестроений в танце: «Побежали по кругу, закружились вправо, перестроились в линию, закружились влево». Теперь ребенок осознанно выполняет задания, а обучение становится более целенаправленным.

Различные перестроения, координация движений в танцах развивают у ребенка такие мыслительные операции, как сравнение, абстрагирование, установление причинно-следственных связей.

Форма занятий:

Режим и продолжительность занятий.

Рабочая программа предлагает проведение занятий 1 раз в неделю. Количество часов, отведенных для занятий танцевального кружка 26 ч.

Занятия длятся в младшей группе 20 мин, в средней группе 25 мин, в старшей 30 мин.

Количество занятий и учебных часов в неделю.

Группа	Продолжительность	Количество в неделю	Количество в год
Младшая группа	20 мин.	1	26
Средняя группа	25 мин.	1	26
Старшая группа	30 мин.	1	26

Количество обучающихся в объединении, их возрастные категории:

Младшая группа, 4-5 лет, от 10-12 человек

Средняя группа, 5-6 лет, 10-12 человек

Старшая группа, 6-7 лет, 10-12 человек

Цель программы

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.

Задачи:

Обучающие:

Обучить детей танцевальным движениям.

Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.

Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

Формировать умение ориентироваться в пространстве.

Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.ро

Воспитательные:

Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.

Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.

Формировать нравственно- эстетические отношения между детьми и взрослыми.

Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

Развивать творческие способности детей.

Развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развить воображение и фантазию.

Оздоровительные:

Укрепление здоровья детей.

Планируемые результаты.

В результате проделанной работы дети проявляют стойкий интерес и потребность к музыкально-ритмическим занятиям, осваивается необходимый объём движений . У них формируется основа культуры движения, красивая осанка. Более совершенным становится чувство ритма. Дети понимают ориентировку на себе – правая рука (нога), левая рука (нога), и от себя – (направо, налево, вперёд, назад). Они хорошо ориентируются в пространстве зала и выполняют различные построения и перестроения: в колонну, в шеренгу, по диагонали, враспынную, по линии танца, противоположно и т.д.

У детей появляются такие личностные качества, как уверенность, целеустремлённость, активность, желание показать свои достижения зрителям. Меняется и протекание психических процессов: отмечается сосредоточенность, устойчивость внимания, улучшение запоминания и воспроизведения, проявление творческого воображения.

Обучающие: художественное восприятие детей, привитие интереса к искусству танца, формирование необходимых нравственных представлений.

Развивающие: развитие творческих способностей обучающихся, умений коллективной и творческой деятельности, эмоционально- волевых качеств.

Обучающие: овладение системой знаний, умений и навыков грамотного хореографического исполнения различных жанров и стилей, обучение импровизационным навыкам, актерскому мастерству, работе с предметом, пластике и координации.

Воспитательные: воспитание навыков здорового образа жизни, коммуникативных навыков и культуры поведения, стимулирование интереса к творческим видам деятельности, воспитание самостоятельности, инициативности, стремления к саморазвитию.

Планируемые результаты. Диагностика.

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы после ее освоения ожидаются следующие результаты.

Обучающие результаты:

получат специальные знания, умения и навыки в области хореографии; будут уметь различать выразительные средства (ритм, пластика, жесты и мимика), согласовать свои движения с музыкой;

получат навыки и умения в координации тела в пространстве, рук и ног.

Развивающие результаты:

Разовьют двигательные и творческие способности, способности к импровизации в движении.

Разовьют волевые качества: умение преодолевать трудности в учении, используя для этого творческие задания.

Разовьют художественно эстетический вкус.

Сформируют навыки работы в команде (умение бесконфликтно и эффективно взаимодействовать при решении совместной творческой задачи)

Сформируют умение анализировать собственную деятельность и презентовать творческий продукт.

Воспитательные результаты:

Воспитают культуру движения, координацию, чувство ритма, музыкального слуха, эмоциональности исполнения.

Воспитают эмоциональную отзывчивость и культуру восприятия произведений музыкального и хореографического искусства, устойчивого интереса к танцевальной деятельности.

Итоговое занятие проводится в форме открытого урока. Он является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации дошкольников.

А так же коллективное выступление перед зрителем являются главным воспитательным средством, т.к.:

- переживание успеха принесет детям моральное удовлетворение;
- создадутся условия для самореализации творческого потенциала;
- воспитаются чувства ответственности, дружбы, товарищества.

Содержание программы.

Учебно – тематический план

Первый год обучения (для детей 4 – 5 лет)

№	Название раздела	Тема занятий	Количество часов
1	Вводное занятие	«Давайте познакомимся»	1
2	Музыкально ритмические движения	«В гостях у сказки»	2
		«Разноцветная игра»	3
		«На птичьем дворе»	3
		«Забавы зимушки-зимы»	3

3	Элементы русского танца	«Калинка моя»	4
4	Детский бальный танец, ритмика.	«Приглашаю танцевать»	4
		«Я хочу танцевать»	2
5	Элементы эстрадного танца	«Танцуй как я»	2
6	Открытый урок		1
7	Концертное выступление		1
итого			26

Второй год обучения (для детей 5-6 лет)

№	Название раздела	Тема занятий	Количество часов
1	Вводное занятие	«Вместе будем танцевать»	1
2	Музыкально ритмические движения	«Осенняя прогулка»	3
		«В гостях у Белоснежки»	2
3	Элементы русского танца	«Лесные приключения»	2
4	Детские бальные танцы	«Путешествие в сказку»	3
5	Элементы народного танца	«Во саду ли, в огороде»	3
6	Детский бальный танец, элементы историко-бытового танца.	«Мы собираемся на бал»	4
		«Навстречу к солнцу»	4
7	Танцы, этюды	«Веселая карусель»	2
8	Открытый урок		1
9	Концертное выступлен.		1
итого			26

Третий год обучения (для детей 6-7 лет)

№	Название раздела	Тема занятий	Количество часов
1	Вводное занятие	«Играя, танцуем»	1
2	Музыкально ритмические движения	«Веселая разминка»	2
		«Рисунок танца»	3
3	Русский танец	«Хоровод заведем»	3
4	Детские бальные танцы	«Сказки Венского леса»	2

5	Элементы народного танца	«Из бабушкиного сундучка»	4
6	Детский бальный танец, элементы историко-бытового танца.	«В ритме вальса»	3
		«Веселое настроение»	2
7	Танцевальные этюды и танцы	«Танцевальная мозаика»	4
8	Открытый урок		1
9	Концертное выступление		1
ИТОГО			26

Содержание учебного плана.
Первый год обучения (для детей 4 – 5 лет)

Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Репертуар	Методы и приемы
Ввод-ное заня-тие	«Давайте познакомимся»	<p>Знакомство с детьми. Что такое танец. Формировать интерес к занятиям.</p> <p>Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса. Положение рук на талии. VI, I свободная позиции ног. - формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног</p> <p>Танцевальный шаг с носка.- Обучить детей танцевальному шагу с носка.</p> <p>Формировать умение ориентироваться в пространстве, развивать координацию и выразительность движений.</p> <p>Формировать общую культуру личности ребенка;</p> <p>Творческое задание: изобразить хлопками дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо).</p> <p>Развивать воображения, фантазию, формировать интерес к занятиям.</p>	<p>«Тик-так»;</p> <p>«Пружинка»;</p> <p>«Спокойный шаг» («Этюд» Т. Ломовой).</p> <p>«Твердые и мягкие ножки»;</p> <p>«Веселые путешественники»</p> <p>муз.М.Старокадомского</p> <p>Танец «Полька-хлопушка»</p> <p>Ходьба на носках.</p> <p>«Кошечка».</p> <p>«Улыбка»</p> <p>муз.В.Шаинского</p> <p>Игра «Давайте потанцуем»</p>	<p>беседа, объяснение, показ</p> <p>показ, инструкция.</p> <p>импровизация.</p>
Музыкаль-но-ритмические движения	«В гостях у сказки»	<p>Маршировка (шаг с носка, перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, колонна, круг.) формировать правильное исполнение танцевального шага.</p> <p>Разминка «Герои из сказки» (голова – повороты вправо, влево, наклоны к правому, левому плечу; плечи, руки – поочередное поднятие плеч вверх;</p>	<p>«Шагаем, как физкультурники»</p> <p>муз. Т. Ломовой;</p> <p>«Кто хочет побегать»</p> <p>литовская нар. мелодия»;</p> <p>«Марш»</p>	<p>инструкция, пояснение</p> <p>повтор за педагогом</p>

		<p>движения кистями рук вверх вниз, сгибание – разгибание в локтевых суставах, вытягивание вверх– опускание вниз рук; корпус – повороты, наклоны в стороны, вперед, ноги – поочередное поднимание пятки, приседания, приставные шаги в стороны, вперед - назад, поднимание колен вперед, в стороны, прыжки на двух ногах, ноги вместе – врозь) Развивать первоначальные навыки координации движений. разогреть мышцы.</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить передавать заданный образ -Хлопки в ладоши – простые и ритмические. - Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы. - «Пружинка» - легкое приседание. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт. - «шаг, приставить, шаг, каблук». - подъем на полу пальцы. - повороты вправо, влево. - Обучить детей танцевальным движениям. <p>Партерная гимнастика («Буратино», «Солнышко», «Бабочка», «Складочка»)</p>	<p>Г.Свиридова; «Учимся маршировать» М. Раухвергера; Танец «Кукляндия» муз.П.Овсянникова «Мальчики пляшут, девочки танцуют» И. Арсеева; «Чебурашка» муз.В.Шаинского Как у наших у ворот» р. н. мелодия; «Вальс» А. Гречанинова. Игра «Сказочный лес»</p>	<p>показ, объяснение</p> <p>самостоятельное исполнение.</p>
	<p>«Разноцветная игра»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад. Перестроения - круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2, 4) формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>Разминка «Лошадки машут головами» (голова - прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне, с ритмическим рисунком.) Руки - поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти круговые движения с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей. Положение рук: на поясе и внизу. - Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>«Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя –</p>	<p>«Стройся за ведущим» («Марш» Ф. Надененко); «Скачут лошадки», «Мой конек», чеш. н. мелодия. «Экосез» А. Жилина «Учимся скакать с ноги на ногу» (англ. н. мелодии «Ветерок и ветер» «Ландлер» Л. Бетховена Танцевальная композиция «Разноцветная игра» Игра «Скорый поезд»</p>	<p>инструкция. пояснение</p> <p>повтор за педагогом. показ, объяснение</p> <p>показ, объяснение.</p>

		<p>поочередно и по одной Плечи - оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Упражнение «Улыбнемся себе и другу»- наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево по VI, по II позиции ног. Повороты корпуса вправо, влево. Ноги - подъем на полу пальцы с полуприседанием, «пружинка», высокое поднимание колен вперед, в стороны. Прыжки – по VI позиции ног, VI – II позиции ног,</p> <p>Ритмические хлопки в ладоши-Развить чувство ритма</p> <p>«Пружинка» с наклонами головы. Движение «Баю - бай». Подскоки, приставные шаги с приседанием. - Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>Партерная гимнастика «Карандаши», «Солнышко», «Буратино», «Складочка»-Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>	<p>«Раз, два, три» муз.С.Паради</p> <p>«Пружинка» литов.н.м.</p>	<p>объяснение</p> <p>объяснение повтор за педагогом.</p> <p>объяснение.</p> <p>объяснение повтор за педагогом.</p>
	<p>«На птичьим дворе»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием. Перестроения – круг, диагональ, змейка) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>Разминка «Цыплята» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад. Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Научить передавать заданный образ</p> <p>Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы. Хлопки, притопы в паре, кружения в паре. Выпад, выпад с соскоком. Учить правильной осанке при исполнении движений.</p>	<p>«Марш» муз. Г.Свиридова «Цыплята» азербайджанская н.м.</p> <p>Танцевальная композиция «Танец утят» Игра «Цыплята и ворона»</p> <p>-</p> <p>«Старинная полька», муз Э. Парлова; «Ах, ты береза» р.н.м.</p>	<p>инструкция.</p> <p>показ, объяснение, повтор за педагогом, самостоятельное исполнение.</p> <p>показ, объяснение.</p> <p>Пояснение.</p>

		Партерная гимнастика «Солнышко», «Складочка», «Рыбка», «Дошечка», «Сидит дед» - укрепить мышцы спины, живота.		показ.
	«Забавы зимушки-зимы»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна, полукруг.). Формировать правильное исполнение танцевальных шагов. научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>Разминка «Зимние забавы» - (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди и вместе, движение рук вперед, назад, движения имитирующие игру в снежки, «греем руки». Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен.) - Разогреть мышцы.</p> <p>Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы.</p> <p>Обучить детей танцевальным движениям- Развивать координацию движений.</p> <p>Партерная гимнастика («Солнышко», «Складочка», «Рыбка», «Русалочка», «Дошечка», «Сидит дед») Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>	<p>«Ходьба и бег с султанчиками», латыш. Нар. мелодия;</p> <p>«Руки вверх» муз. «Хэнс ап» «Бони М»</p> <p>Танцевальная композиция «Зимняя фантазия» американская народная песня «Бубенцы» «Танец медведей» («Песня о медведях» из к/ф «Кавказская пленница»)</p> <p>Игра «Круг дружбы» Игра «Домик»</p>	<p>инструкция. пояснение, повтор за педагогом.</p> <p>объяснение, показ. объяснение, показ.</p> <p>объяснение, показ.</p>
Элементы русского танца	«Калинка моя»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с ударом, галоп, подскоки, перескоки. Перемещения – круг, колонна, два круга, «шторки», круг, звездочка, сужение и расширение круга, круг в круге.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов. научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p>	<p>«Калинка» р.н.м.</p> <p>«Ах, вы, сени» р.н.м</p>	<p>объяснение, показ.</p> <p>повтор за педагогом.</p>

		<p>Разминка «Ах, вы, сени» (голова – ороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад, Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен.) Разогреть мышцы.</p> <p>Хлопушки в ладоши, по бедру. Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом. Ходы – простой с носка, «елочка». Исполнение движений с одновременной работой рук.</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку ног, укрепление мышц спины, улучшения выворотности ног) повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</p>	<p>Танец мухоморов Игра «Веселый оркестр»</p>	<p>объяснение.</p> <p>объяснение.</p> <p>объяснение, показ.</p>
<p>Детский бальный танец, ритмика.</p>	<p>«Приглашаю танцевать»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – круг, змейка, квадрат, колонна, полукруг, две колонны.) Формировать умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой. правильную осанку при исполнении движений.</p> <p>Разминка «Я танцую» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, прыжки – по VI, VI –II, упражнение «лыжник» в разных ритмических рисунках.- Разогреть мышцы.</p> <p>Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие</p>	<p>«Вместе весело шагать» муз.В.Шаинского</p> <p>«Барыня» р.н.п</p> <p>«Полька» болгарская плясовая мелоия</p>	<p>инструкция.</p> <p>объяснение, показ.</p> <p>объяснение.</p>

		<p>прыжки на месте, хлопки в разных ритмических рисунках. Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия. повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</p>	<p>«Кремена» муз.А.Арсков Игра «Давайте потанцуем»</p>	<p>объяснение, показ.</p>
	«Я хочу танцевать»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения - в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг в круге, в рассыпную.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>Разминка «Раз, два, три» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаг- Формировать умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой и, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.) Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>Поклон мальчиков, поклон девочек, приставной шаг, балансе, шаг глиссад, покачивание, поворот в паре, кружения.</p> <p>Обучить детей плавным танцевальным движениям.</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)</p>	<p>«Улыбка» муз.В.Шаинского</p> <p>Танцевальная импровизация</p> <p>«Белые кораблики» муз.В.Шаинского Игра «Ромашки» Игра «Бабочки».</p>	<p>инструкция. показ, инструкция.</p> <p>объяснение, показ.</p> <p>объяснение.</p> <p>объяснение, показ.</p>
Элементы эстрадного танца	«Танцуй как я»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием</p>		<p>инструкция. показ.</p>

		<p>колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, научить перестраиваться из одного рисунка в другой. развить координацию движений.</p> <p>Разминка «Белочка» (подъем на полу пальцы, приседания, наклоны, повороты туловища, махи согнутыми ногами, выпады – исполняются совместно с движениями рук, головы.) Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p> <p>Обучить детей танцевальным движениям</p> <p>Развивать музыкальный слух, выделять началом музыкальной фразы. развить внимание, быстроту реакции.</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.) повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</p>	<p>«Белочка» музВ.Шаинского</p> <p>Танцевальная композиция «Плюшевый медвежонок».</p> <p>Игра «Будь внимателен»</p> <p>Игра « А, ну-ка, покажи»</p>	<p>инструкция. объяснение, показ.</p> <p>объяснение.</p> <p>объяснение, показ.</p>
--	--	--	---	--

Второй год обучения (для детей 5 – 6 лет)

Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Репертуар	Методы и приемы
Вводное занятие	«Вместе будем танцевать»	<p>Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Знакомство с элементарными музыкальными понятиями Формировать общую культуру личности ребенка; вспомнить, закрепить материал прошлого года, воспитывать умение слушать музыку, закрепить материал прошлого года. Развивать умение организовать свои действия под музыку.</p> <p>Шаг с носка, легкий бег, "ковырялка", притопы, хлопки, кружения, приставные шаги с приседанием)</p> <p>Развить музыкальный слух и чувства ритма, научить импровизировать. Развить умение детей пере стравивать с одного темпа музыки на другой.</p> <p>Учить строить рисунки танца, развить воображение, фантазию, закрепить материал прошлого года</p>	<p>Творческое задание: импровизация под веселую и грустную.</p> <p>Игра «Жуки и бабочки»;</p> <p>Игра «Тихо и громко» (изобразить хлопками дождь стучит по крышам, дождь моросит)</p> <p>Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую»</p> <p>Танец-игра</p>	<p>беседа.</p> <p>импровизация. инструкция.</p> <p>импровизация.</p> <p>объяснение.</p> <p>импровизация.</p>

Музыкально - ритмические движения	«Осенняя прогулка»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве</p> <p>Разминка «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес». (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>Шаг на полупальцах, приставные шаги, переменный шаг в сторону, подскоки, галоп, хлопки в разных ритмических рисунках, притопы. Научить правильно исполнять движения.</p> <p>Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p> <p>Формировать пластику, культуру движения, их выразительность,</p>	<p>«Ку-чи-чи»</p> <p>«Бодрый шаг» Н. Богословского; «Найди свое место в колонне» («В темпе марша» Ф. Найденовко);</p> <p>Игра «Зверушки – наострите ушки».</p> <p>Игры на внимание «Учительница », «Сделай этак, сделай так», «Вправо – влево».</p> <p>Танец «Капризный зонтик»</p> <p>Игра «Музыкальные змейки»</p> <p>Игра «Заколдованный лес»</p> <p>Игра «Веселые капельки»</p> <p>«Гребцы».</p> <p>«Страус», «Черепашка», «Мельница».</p>	<p>инструкция.</p> <p>объяснение. показ.</p> <p>показ. объяснение.</p> <p>импровизация.</p> <p>объяснение. показ.</p> <p>объяснение. показ.</p>
	«В гостях у Белоснежки»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг на пятках, приставные шаги, галоп, подскоки. Перестроения – круг, диагонали, квадрат, четыре колонны.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>Разминка «Гномики» (голова – повороты в стороны, наклоны вперед, в стороны, полукруг. Плечи – поднимание вверх и опускание вниз, круговые движения. Руки –</p>	<p>«Ходить бодрым и спокойным шагом» муз. М. Робера «Учимся скакать с ноги на ногу» (англ. и фр. н. мелодии).</p>	<p>инструкция.</p> <p>объяснение. показ.</p>

		<p>круговые движения кистями рук, сгибание и разгибание в локтевом суставе, поднятие и опускание прямых рук. Корпус – наклоны в стороны, вперед, повороты, «штопор». Ноги – топающий шаг на месте, поочередное поднятие пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки – по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте.)Разогреть мышцы, учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.</p> <p>Хлопки, притопы в разных ритмических рисунках, синкопа, прыжки по ритмическим рисункам, галоп в паре, движение «пятка носок» с наклоном корпуса, подскоки в повороте. научить передавать заданный образ.Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p> <p>Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>	<p>.</p> <p>Движения для рук: «Путаница», «Догонялочки», «Жадина. Танец «Есть на свете гномики» Игра «Строим дом для гномиков» Игра «Ведьма и Белоснежка» Игра «На лужайке» «Пчелка», Кораблик», «Кузнечик».</p>	<p>объяснение. показ.</p> <p>объяснение.</p> <p>объяснение. показ.</p>
	«Лесные приключения»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный в сторону. Перестроения – круг, колонна, два круга, «шторки», полукруг, «прочес», круг.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>Разминка «Лесные звери» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, «по три с паузой», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, поочередное поднятие и опускание рук – талия, плечи, вытянуть вверх. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – притопы – одинарный, двойной, тройной. Поднятие колен, полу присядка, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно</p>	<p>«Мой конек», чеш. н. мелодия «Ах, вы сени» р.н.м</p> <p>Хоровод «Лебедушки» Игра «На лесной полянке» Игра «Вдоль пруда»</p>	<p>инструкция. показ.</p> <p>объяснение. показ. инструкция</p>

		<p>исполнять движения, передавать заданный образ.</p> <p>Переменный шаг вперед, простая дробная дорожка, плавные движения руками, переступания с легким ударом каблука. Обучить детей танцевальным движениям русского танца</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p> <p>Формировать пластику, культуру движения, их выразительность</p>	<p>Игра «Жучок-паучок»</p> <p>«Качели», «Кораблик» «Зайчик», «Велосипед».</p> <p>.</p>	<p>объяснение. показ.</p>
<p>Детские бальные танцы</p>	<p>«Путешествие в сказку»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки. Перестроения – змейка, круг, две колонны, четыре колонны, полукруг, «прочес», диагонали, полукруг.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>Разминка «Поле чудес» (Голова–повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, «по три с паузой по очереди», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения кистями, в локтевом суставе, прямых рук. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – отрывистый шаг на месте с носка на пятку, поднятие колен, вытягивание и сокращение стопы, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.). Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ</p> <p>Шаг польки, галоп, поскоки, положения в парах, перестроения в парах, кружения. Обучить детей танцевальным движениям</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p> <p>Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>	<p>«Бодрый шаг и бег» муз.Ф.Найдененко; «Ах, улица, улица широкая» р.н.м., обр.Т.Ломовой</p> <p>Танец «Полька» Танец-игра «Джайв» Игра «Вот как мы умеем» Игра «Учитель и ученики»</p> <p>«Горка», «Страус», «Морская звезда», «Березка»</p>	<p>инструкция.</p> <p>показ. объяснение.</p> <p>показ. объяснение. объяснение. показ.</p>

<p>Элементы народного танца</p>	<p>«Во саду ли в огороде»»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>Разминка «Как у нашей бабушки» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, положение рук перед грудью, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, «шаг лыжника».) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>Поклон поясной, праздничный; простой дробный шаг, беговой шаг, боковой ход припадание, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, удары по подошве сапога, дробная дорожка, дорожка в «три ножки», «трилистник», «гармошка».</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>	<p>«Марш» муз.Т.Ломовой; «Подгорка» р.н.м.; «Выйду ль я на реченьку» р.н.м, обр.Т.Ломовой</p> <p>«Как у наших у ворот» р.н.м., обр.В.Агафонникова</p> <p>Танец «Бабушкин сундучок» Игра «Кто запомнил лучше всех» Игра «Тик - так» Игра «Шары и пузыри»</p> <p>«Змея», «Кошечка» «Жучок», «Петушок», «Ласточка»</p>	<p>инструкция. объяснение. показ.</p> <p>показ. объяснение.</p> <p>объяснение.</p>
<p>Детский бальный танец, элементы историко – бытового танца.</p>	<p>«Мы собираемся на бал»</p>	<p>Маршировка - шаг полонеза. Перестроения – круг, диагонали, колонна, через одного на полукруг, «шторки», круг. формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве. научить перестраиваться из одного рисунка в другой, научить ориентироваться в видах танцевальных мелодий (вальс, марш, полька.)</p>	<p>«Полонез» муз.Ф.Шуберта «Вальс» муз.И.Штрауса «Вальс цветов»</p>	<p>объяснение.</p> <p>показ. объяснение.</p>

		<p>Разминка «Мы собираемся на бал» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, вытягивание рук вперед – на талию, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги –поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI – II позиции ног.) - Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ.</p> <p>Вальсовая дорожка, балансе, правый поворот, переходы в парах. Обучить детей танцевальным движениям. Формировать пластику, культуру движения, их выразительность</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, укрепить здоровье детей.</p>	<p>Менуэт муз.Ф.Листа Игра «Мы пойдём сначала вправо» Игра «Расточек» Игра «Ласточки, петухи и воробьи»</p> <p>«Вальс Анастасии»</p> <p>«Месяц», «Маятник», «Гусеница». «Качели»</p>	<p>показ. инструкц ия.</p> <p>показ.</p>
«Навстречу к солнцу»		<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - квадрат, диагональ, круг, колонна, полукруг, круг в круге.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>Разминка «Весеннее настроение» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения, поднимание «по три раза». Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги –поочередное поднимание пяток, поднимание на полупальцы с опусканием в</p>	<p>Игра «Змейка»; Игра «Клубочек».</p> <p>Танец «Самба» Игра «Доведи меня» Игра «Дождик» Игра «Повторяем движения»</p>	<p>объяснен ие. показ.</p> <p>объяснен ие. показ.</p>

		<p>плие, поднятие колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI – II позиции ног.) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.</p> <p>Пружинящее движение, пружинящее движение на шагах, основной ход в ритме танца «самба».</p> <p>Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины. формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, укрепить здоровье детей</p>	<p>«Петушок», «Ласточка». «Книжка», «Горка»</p>	<p>объяснение. - показ.</p>
<p>Элементы эстрадного танца</p>	<p>«Веселая карусель»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - круг, квадрат, диагонали, два круга, «прочес», змейка, шахматный порядок.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>Разминка «Карусельные лошадки» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, круговые движения, поднятие «по три раза». Руки – поднятие и опускание кисти, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги –поочередное поднятие пяток, поднятие на полупальцы с опусканием в плие, поднятие колен. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, бег на месте с высоким поднятием колен.) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<p>«Веселые поскоки» муз.Б.Можжевелова; «Пружинящий шаг» муз.Т.Ломовой</p> <p>Танцевальная композиция «Не детское время» Игра «Дискотека» Игра «Раз, два» Игра «Карусель»</p> <p>«Кораблик», «Кузнечик». «Елочка», «Жучок»</p>	<p>инструкция.</p> <p>объяснение.</p> <p>объяснение. показ.</p>

		<p>Шаг на полупальцах, приставные шаги, переменный шаг в сторону, подскоки, галоп, хлопки в разных ритмических рисунках, притопы. Научить правильно исполнять движения. Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p> <p>Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>	<p>«Бег» «Паровозик» «Слон» «Улитка»</p>	<p>инструкция</p> <p>объяснение показ.</p>
«Рисунок танца»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг на пятках, приставные шаги, галоп, подскоки. Перестроения – круг, диагонали, квадрат, четыре колонны.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, развивать координацию движений, внимание, чувство ритма.</p> <p>Разминка «Гномики» (голова – повороты в стороны, наклоны вперед, в стороны, полукруг. Плечи – поднимание вверх и опускание вниз, круговые движения. Руки – круговые движения кистями рук, сгибание и разгибание в локтевом суставе, поднимание и опускание прямых рук. Корпус – наклоны в стороны, вперед, повороты, «штопор». Ноги – топающий шаг на месте, поочередное поднимание пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки – по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте.)Разогреть мышцы, учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.</p> <p>Хлопки, притопы в разных ритмических рисунках, синкопа, прыжки по ритмическим рисункам, галоп в паре, движение «пятка носок» с наклоном корпуса, подскоки в повороте, научить передавать заданный образ. Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p> <p>Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>	<p>«Аэробика» муз.Ю.Чичиков а</p> <p>Танец «Есть на свете гномики»</p> <p>Игра «Строим дом для гномиков» Игра «Ведьма и Белоснежка» Игра «На лужайке» Игра «Веселые капельки»</p> <p>«Кобра», «Колечко», «Стрекоза», «Лягушонок»</p>	<p>инструкция</p> <p>объяснение показ.</p> <p>объяснение показ.</p> <p>объяснение.</p>	
Русский танец	«Хоровод заведем»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный в сторону.</p>	«Калинка» р.н.м	инструкция. показ.

		<p>Перестроения – круг, колонна, два круга, «шторки», полукруг, «прочес», круг.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой. Изучение основ русского народного танца: работа рук в русском танце; навыки работы с платочком; русский поклон; развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка; ходы: простой, на полупальцах, боковой, приставной, боковой ход «припадание» по VI позиции, беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад. подготовка к «дробям»: притопы, удары полупальцами, удары каблуком; хлопки и хлопушки для мальчиков. Разминка «Лесные звери» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, «по три с паузой», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, поочередное поднимание и опускание рук – талия, плечи, вытянуть вверх. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – притопы – одинарный, двойной, тройной. Поднимание колен, полу присядка, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ. Переменный шаг вперед, простая дробная дорожка, плавные движения руками, переступания с легким ударом каблука. Обучить детей танцевальным движениям русского танца Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<p>Игра «Клубок ниток».</p> <p>«Выйду ль я на улицу» р.н.п., «Пойду ль я...» р.н.п., «Коробейники» р.н.п.</p> <p>Хоровод «Лебедушки» Игра «На лесной полянке» Игра «Вдоль пруда» Игра «Жучок-паучок»</p> <p>«Лодка», «Собачка» «Замочек», «Рак».</p>	<p>объяснение. показ. инструкция</p> <p>объяснение. показ.</p> <p>объяснение. показ.</p>
<p>Детские бальные танцы</p>	<p>«Сказки Венского леса»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки. Перестроения – змейка, круг, две колонны, четыре колонны, полукруг, «прочес», диагонали, полукруг.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение</p>	<p>«Полонез» муз.В.Андреева «Падеграс» муз. неизвестного автора Игра: «Марш – полька – вальс»</p>	<p>инструкция.</p>

		<p>ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой. Уметь анализировать музыкальное произведение. Изучение основ танца «Полька»: подскоки, шаг польки, галоп; комбинирование изученных элементов; положения в паре: «лодочка», руки «крест-накрест», мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи</p> <p>Разминка «Поле чудес» (Голова–повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, «по три с паузой по очереди», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения кистями, в локтевом суставе, прямых рук. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – отрывистый шаг на месте с носка на пятку, поднятие колен, вытягивание и сокращение стопы, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.). Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ</p> <p>Шаг польки, галоп, подскоки, положения в парах, перестроения в парах, кружения. Обучить детей танцевальным движениям</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p> <p>Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>	<p>Танец «Берлинская полька» Игра – танец «Бесконечный»</p> <p>Танец «Полька» Танец-игра «Да нет» Игра «Вот как мы умеем» Игра «Учитель и ученики»</p> <p>«Тростинка», «Флюгер», «Ванька-встанька». «Пловцы».</p>	<p>показ. объяснение.</p> <p>показ. объяснение.</p> <p>объяснение. показ.</p>
Элементы народного танца	«Из бабушкиного сундучка»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>Разминка «Как у нашей бабушки» (Голова–повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию</p>	<p>«Кадриль» р.н.м- Танец «Бабушкин сундучок»</p>	<p>инструкция. объяснение. показ.</p> <p>объяснение. показ.</p>

		<p>и закрывание в положение на талию, положение рук перед грудью, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, «шаг лыжника».) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.</p> <p>Поклон поясной, праздничный; простой дробный шаг, беговой шаг, боковой ход припадание, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, удары по подошве сапога, дробная дорожка, дорожка в «три ножки», «трилистник», «гармошка». Обучить детей танцевальным движениям русского танца</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</p>	<p>Игра «Кто запомнил лучше всех» Игра «Тик - так» Игра «Шары и пузыри»</p> <p>«Ежик», «Чайка», «Собачка», «Дощечка»</p>	<p>объяснение.</p> <p>объяснение, показ.</p>
<p>Детский бальный танец, элементы историко – бытового танца.</p>	<p>«В ритме вальса»</p>	<p>Маршировка - шаг полонеза. Перестроения – круг, диагонали, колонна, через одного на полукруг, «шторки», круг. формировать правильное исполнение танцевальных шагов. Познакомить детей с историей Изучение основ бального танца «Вальс»:основные элементы:«качели», «квадрат», «ромб», «вальсовая дорожка», «перемена» работа в паре:, положение рук в паре в паре, вращение «звездочка»;простые танцевальные комбинации. Разминка «Мы собираемся на бал» (Голова–повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, вытягивание рук вперед – на талию, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги –поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI</p>	<p>«Вальс» муз.А.Жилина - Менуэт Игра «Мы пойдем сначала вправо» Игра «Росточек» Игра «Ласточки, петухи и воробы»</p>	<p>объяснение. показ. инструкция.</p> <p>объяснение. показ. инструкция.</p>

		<p>позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI – II позиции ног.) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при выполнении движений.</p> <p>Вальсовая дорожка, баланс, правый поворот, переходы в парах. Научить правильно исполнять движения.</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p> <p>повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, укрепить здоровье детей</p>	<p>«Вальс цветов»</p> <p>«Слон», «Улитка», «Колечко», «Паучок»</p>	<p>объяснение. показ.</p> <p>показ.</p>
	«Веселое настроение»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - квадрат, диагональ, круг, колонна, полукруг, круг в круге.) Развивать чувство ритма, координации, точности, выразительности исполнения движений.</p> <p>Разминка «Весеннее настроение» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, круговые движения, поднятие «по три раза». Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги –поочередное поднятие пяток, поднятие на полупальцы с опусканием в плие, поднятие колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI – II позиции ног.) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при выполнении движений. Научить правильно исполнять движения.</p> <p>Пружинящее движение, пружинящее движение на шагах, основной ход танца «самба». Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</p>	<p>«Кавалеристы» песня «Эскадрон» О.Газманова</p> <p>Танец «Самба» Игра «Доведи меня» Игра «Дождик» Игра «Повторяем движения»</p> <p>«Кобра», «Тростинка», «Медвежонок» «Орел»</p>	<p>показ. объяснение.</p> <p>показ. объяснение.</p> <p>объяснение. инструкция. -</p> <p>объяснение. показ.</p> <p>объяснение. показ.</p>

<p>Элементы эстрадного танца</p>	<p>«Танцевальная мозаика»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - круг, квадрат, диагонали, два круга, «прочес», змейка, шахматный порядок.) формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>Разминка «Карусельные лошадки» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения, поднимание «по три раза». Руки – поднимание и опускание кисти, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги –поочередное поднимание пяток, поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, бег на месте с высоким подниманием колен.) Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ. Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, укрепить здоровье детей</p>	<p>«Ритмичный танец» муз.Л.Армстронга Игра «Буги-Вуги»</p> <p>Танцевальная композиция «Не детское время» Игра «Дискотека» Игра «Раз, два» Игра «Карусель»</p> <p>«Носорог», «Ежик», «Крыло», «Павлин»</p>	<p>объяснение. показ.</p> <p>объяснение. показ.</p> <p>объяснение.</p> <p>объяснение. показ.</p>
---	-------------------------------	--	---	--

2 раздел.

Календарный учебный график

№	Год обучения	Количество учебных часов	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	Первый	26	26	26	1 раз в неделю
2	Второй	26	26	26	1 раз в неделю

3	Третий	26	26	26	1 раз в неделю
---	--------	----	----	----	----------------

Условия реализации программы.

Материально техническое обеспечение.

Танцевальный зал, отвечающий гигиеническим требованиям и правилам пожарной безопасности, с достаточной площадью 40 кв.м, для выполнения поставленных педагогом задач.

Посадочные места 40 единиц;

Стулья детские 40 единиц;

Освещение- естественное и искусственное (люминесцентные лампы 16 единиц)

Освещенность-6 окон.

Вентиляция- форточки на окнах.

Температурный режим -22с*- 24с*

Оснащенность кабинета техническими средствами обучения:

Музыкальный центр LG 2013 1шт

Ноутбук USUS

Музыкальная колонка Sing-e

Проектор.

Доска для проектора.

Костюмерная комната.

Информационное обеспечение.

Родительский чат.

Сайт ДС

Использование информационных коммуникационных технологий в учебном процессе. Презентации, видео.

Кадровое обеспечение программы.

По программе может работать педагог, имеющий дошкольное образование, либо педагог дополнительного образования.

Формы аттестации.

Открытый урок

Концертное выступление

Оценочные материалы. Диагностика.

Критерии оценки.

Координация, ловкость движений –точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и

согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла- правильное одновременное выполнение движений.

2 балла- одновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл- неверное выполнение движений.

Творческие проявления- умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл- умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл- движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл- ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

Гибкость тела- это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

Упражнение «Отодвинь кубик дальше»(проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.

3см и меньше – низкий уровень (*1 балл*).

4-7см – средний уровень (*2 балла*)

8-11см – высокий уровень (*3 балла*).

Упражнение «Кольцо»(проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл- максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл- средняя подвижность позвоночника.

1 балл- упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Музыкальность- способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

Упражнение «Кто из лесу вышел?»

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

Упражнение «Заведи мотор».

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

Упражнение «Страусы».

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла– умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

2 балла– в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

1 балл– движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Эмоциональность–выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные.

Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

Развитие чувства ритма. Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно используя короткие отрывочные высказывания.

Упражнения с ладошками.

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1.4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).

2.3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).

3.2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.

4.1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл- с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.

Первый уровень (высокий **15-18 баллов**) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний **10-14 баллов**). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, выполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому **6-9 баллов**) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Методические материалы.

В образовательном процессе используются следующие методы по способу организации занятий:

словесный (рассказ, беседа, анализ проделанной работы);

наглядный (показ иллюстраций, образцов, пособий, приемов работы педагогом, работа по образцу, наблюдение);

практический (показ хореографических движений и выполнение их обучающимися, творческие задания).

по способу усвоения изучаемого материала:

объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;

репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы практической деятельности.

Список литературы:

- Барышникова Т. Азбука хореографии-М.: Айрис-пресс, 1999. – 264 с.
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
- Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
- Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
- Зарецкая Н., Роот Э., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
- Калинина О.Н. Планета танца. – Харьков «Факт», 2016. – 71 с.
- Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
- Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
- Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.