

Муниципальное образование город Гусь-Хрустальный
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 32 комбинированного вида»

Принято
Педагогическим советом
«Детский сад №32
комбинированного вида»
протокол № 5 от 26.05.2025 г.

Утверждено
приказом заведующего МБДОУ
МБДОУ «Детский сад № 32
комбинированного вида»
приказ № 01-07/55.1 от 26.05.2025 г.
И.В. Наумова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Хореография»

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Возраст обучающихся: 4-7 лет
Срок реализации программы: 3 года
Уровень программы: ознакомительный

Автор-составитель:
Белинская Надежда Дмитриевна,
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории
МБДОУ «Детский сад №32»

г. Гусь-Хрустальный

2025 г.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи	4
1.3 Содержание программы.....	5
1.4 Планируемые результаты	32
2. Комплекс организационно – педагогических условий	
2.1 Календарный учебный график	32
2.2 Условия реализации программы.....	33
2.3 Формы аттестации	35
2.4 Оценочные материалы	41
2.6 Методические материалы.....	42
2.6 Список использованной литературы	48

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» (далее Программа) опирается на:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
3. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Постановление Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (с изменениями и дополнениями).

Направленность программ. Физкультурно-спортивная.

Актуальность программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также потребностью в разработке методических рекомендаций по преподаванию хореографии детям дошкольного возраста.

Соответствие потребностям времени Дошкольный период общепризнан как начальный этап развития внутреннего мира ребенка, его духовности, формирования общечеловеческих ценностей. Этот возраст является временем интенсивного развития и всесторонней любознательности. Изучение детьми хореографии вводит их в мир волнующих перевоплощений, радостных переживаний, открывает путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных его возрасту.

Отличительные особенности программы Занятия хореографией способны оказать разностороннее комплексное влияние на развитие ребёнка и

формирование его как эстетически и духовно развитой личности. Оказывая активное влияние на развитие эмоционально-образной сферы мышления, постоянно побуждая к творчеству, давая примеры нравственного поведения, тренируя волю и тело, хореография может дать детям то, чего не хватает в современном процессе обучения и воспитании детей - попытаться уравновесить, гармонизировать, интеллектуальное развитие ребёнка с физическим, нравственным, духовным и эмоциональным.

Адресат программы. Дети 4-7 лет.

Объём и срок освоения программы. 3 года.

Формы обучения. Очная.

Особенности организации образовательного процесса. Подгруппы детей одного возраста, Состав групп постоянный.

Режим занятий. Программа рассчитана на три года обучения и рекомендуется для занятий детей с 4 до 7 лет. Занятия проводятся в средней, старшей и подготовительной группе 1 раз в неделю. 4 раза в неделю, 36 занятий в год. Длительность занятий: средняя группа – 25 мин., старшая группа – 30 мин., подготовительная группа – 35 мин. Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (сентябрь), итоговая (май).

1.2 Цель и задачи.

Цель: физическое развитие, развитие эмоциональной сферы, эстетических и нравственных понятий через приобщение детей к искусству хореографии.

Задачи:

1. Предметные:

- улучшить моторику и гибкость тела;
- развивать физическую выносливость и устойчивость;
- осваивать базовые танцевальные движения и умение контролировать свое тело.

2. Метапредметные:

- учить чувствовать ритм и передавать его через движение;
- передавать характер и настроение через танец;
- развивать художественное воображение, ассоциативную память и инициативу.

3. Личностные:

- развивать активность, самостоятельность и коммуникативные способности;

- формировать чувство ансамбля, умение работать в команде и уважать партнеров;
- формировать общее представление о красоте и нравственно-эстетических отношениях;
- укреплять веру в свои силы.

1.3 Содержание программы

1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. П.э.- это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

4. Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по данной программе.

5. Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды.

6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. С каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные, разучиваться танцевальные этюды.

7. Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, элементы вальса, полонеза, менуэта, танго, рок-н-ролла. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое воспитательное значение.

Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Джайв», «Ча-Ча-Ча», «Полонез», «Менуэт».

Тематический план.

Средняя группа.

(занятия проводятся 1 раз в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	<u>Вводное занятие.</u>
2.	<u>Партерная гимнастика:</u> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;

	- упражнения для улучшения гибкости позвоночника; - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; - упражнения для исправления осанки; - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
3.	<u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия колонка; - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал; - различие правой, левой руки, ноги, плеча; - повороты вправо, влево; - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7); - движение по линии танца, против линии танца.

<p>4.</p>	<p><u>Упражнения для разминки:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»; - повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; - повороты плеч с одновременным полуприседанием; - движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх; - «Качели» (плавный перекат с полупальцев на пятки); - чередование шагов на полупальцах и пяточках; - прыжки поочередно на правой и левой ноге; - простой бег (ноги забрасываются назад); - «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра); - «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра); - «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед); - прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без; - бег на месте и с продвижением вперед и назад.
<p>5.</p>	<p><u>Классический танец.</u></p> <p><i>1. Постановка корпуса.</i></p> <p><i>2. Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти; - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца; - <p>раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению; <i>3. Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie (по 1 позиции); - releve (по 6 позиции); - saute (по 6 позиции); - легкий бег на полупальцах; - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции); - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); <p>- реверанс для девочек, поклон для мальчиков.</p> <p><i>4. Танцевальные комбинации.</i></p>

6.	<p><u>Народный танец.</u></p> <p>1. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к началу движения (ладошка на талии); - хлопки в ладоши; - взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.); - положение «полочка» (руки перед грудью); - положение «лодочка». <p>2. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая); -простой бытовой шаг; - «Пружинка»-маленькое тройное приседание (по 6 позиции); - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса; - battement tendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере; - battement tendu вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием; - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами; - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции; - простой приставной шаг с притопом; -поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без); - приставной шаг с приседанием; - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота; - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам , лицом друг к другу (положение рук «лодочка»); - «елочка»; - «ковырялочка»; - поклон в русском характере (без рук). <p>3. Танцевальные комбинации.</p>
7.	<p>Танцевальные этюды, танцы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетные танцы к праздничным утренникам.
8.	<p>Подготовка к итоговому контрольному занятию.</p>
9.	<p>Итоговое контрольное занятие.</p>
10.	<p>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.</p>
<p>ИТОГО: 36часов</p>	

Старшая группа.

(занятия проводятся 1 раз в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	Классический танец : <i>1. Повтор 1 года обучения.</i> <i>2. Упражнения на ориентировку в пространстве:</i>

	<p>- положение прямо (анфас), полуоборот; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А.Я.Вагановой.</p> <p>3. Положения и движения рук: - перевод рук из одного положения в другое.</p> <p>4. Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные); - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; - танцевальный шаг назад в медленном темпе; - шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад). - releve по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2 ,1/4, 1/8); - demi-plie по 1,2,3 поз.; - demi-plie с с одновременной работой рук; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - saute по 1,2,6 поз.; - saute в повороте (по точкам зала).</p> <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
--	---

<p>4.</p>	<p><u>Народный танец :</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение на поясе – кулачком; - смена ладони на кулачок; - переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца); - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»; - «приглашение». <p>3. Положение рук в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «лодочка» (поворот по руку); - «под ручки» (лицом вперед); - «под ручки» (лицом друг к другу); - сзади за талию (по парам, по тройкам). <p>4. Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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); - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с demi-plie; - battement tendu 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;
------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> - «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. <p><u>(мальчики)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции); - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция). <u>(девочки)</u> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями) - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»; - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»; <p>5. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диагональ; - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре; - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка». <p>6. Танцевальные комбинации.</p>
<p>5.</p>	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. Постановка корпуса, головы, рук и ног.</p> <p>1. Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги: бытовой, танцевальный; - поклон и реверанс; - боковой подъемный шаг (par eleve); - «боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); - «пике» (одинарный, двойной) в прыжке; - легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед. 2. <p><i>Движения в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика; - «боковой галоп» вправо, влево; - легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону. 3. Положения рук в паре: - основная позиция; - «корзиночка». <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
<p>6.</p>	<p>Этюды:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетные танцы к праздничным утренникам.

7.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
8.	Итоговое контрольное занятие.
9.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.

ИТОГО: 36 часов

Подготовительная группа.

(занятия 1 раз в неделю)

Тематическое планирование.

Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.

Классический танец:

1. Повтор 2 года обучения.

2. Движения рук:

- port de bras.

3. Движения рук:

-demi-plie ;

- battement tendu;

- passé;

- releve.

4. Танцевальные комбинации.

Народный танец:

1. Повтор 2 года обучения.

2. Положения и движения рук:

- переводы рук из одного положения в другое;
- скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки).

3. Движения ног:

- поклон в русском характере;
- кадильный шаг с каблука;
- шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу);
- пружинящий шаг;
- хороводный шаг;
- 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 перед 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».

4. Движения в паре:

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

6. Упражнения на ориентировку в пространстве:

- «воротца»;
- «карусель».

5. Танцевальные комбинации.

Бальный танец:

1. Повтор 2 года обучения.

2. Положения и движения ног: Полька:

- шаг польки (по одному, по парам);
- шаг польки в сочетании с подскоками;
- «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад); - прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам).

Вальс:

- шаг вальса (по одному, по парам);
 - шаг balance (на месте, с продвижением вперед, назад).
- Полонез:**
- шаг полонеза;
 - шаг полонеза в парах по кругу.
- Рок-н-ролл:**
- основное движение – «рок-н-ролла»;
 - открывание ноги с точкой вперед, в сторону, с продвижением вперед, назад, с поворотом;
 - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны.

3. Движения в паре:

- легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину;
- легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта).

4. Танцевальные комбинации.

Этюды:

Подготовка к итоговому контрольному занятию.

Итоговое контрольное занятие.

Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.

Календарно-тематический план.

СРЕДНЯЯ ГРУППА.

(занятие 1 раз в неделю)

ме-сяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> <i>Вводное занятие.</i> <i>Партерная гимнастика:</i> - упражнения для подвижности стопы.	<u>Занятие 2.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> - упражнения для гибкости суставов. <i>Партерная гимнастика:</i> - упражнения для эластичности мышц и связок.	<u>Занятие 3.</u> <i>Постановка корпуса.</i> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - игра «Найди свое место»;	<u>Занятие 4.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> - упражнения для развития силы мышц ног. <i>Упражнения для разминки:</i> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»;

О К Т Я Б Р Ь	<p><u>Занятие 5.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие построения: линия, колонка.</p> <p><i>Упражнения для разминки:</i> - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками.</p>	<p><u>Занятие 6</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие построения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал.</p> <p><i>Упражнения для разминки:</i> - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов).</p>	<p><u>Занятие 7</u> (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - подготовка к началу движения (ладошка на талии).</p> <p><i>Положения и движения ног:</i> - простой бытовой шаг вперед с каблука.</p>	<p><u>Занятие 8</u> (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - 6 позиция.</p> <p><i>Положения и движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах.</p>
Н О	<p><u>Занятие 9</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево. <i>Упражнения</i></p>	<p><u>Занятие 10</u> (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса.</p>	<p><u>Занятие 11</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - «Цапелки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра.</p>	<p><u>Занятие 12</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге.</p>

Я Б Р Ь			<i>Положения и движения ног:</i>	
------------------	--	--	----------------------------------	--

	<i>ния на ориентировку в пространстве:</i> - движения по линии танца, против линии танца.	<i>Упражнения для разминки:</i> - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.	-sote (6 позиция).	<i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7).
Д Е К А Б Р Ь	<u>Занятие 13</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (выворотные 1,2,3) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (свободные 1,2,3;)	<u>Занятие 14</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> 2 – прямая закрытая). <i>Упражнения для разминки:</i> - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию;	<u>Занятие 15</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны. <i>Положения и движения рук:</i> - подготовительная позиция; - подготовка к началу движения.	<u>Занятие 16</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - позиции рук (1-3); - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.

Я Н В А Р Ь	<p><u>Занятие 17</u> (к.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - раскрывание и закрывание рук. <i>Положения и движения ног:</i> - releve по 6 позиции с фиксацией на верху.</p>	<p><u>Занятие 18</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie (1 поз.). <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu вперед, сторону на носок с переводом на каблук в русском характере.</p>	<p><u>Занятие 19</u> (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - притоп простой, двойной, тройной; <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши.</p>	<p><u>Занятие 20</u> (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu на носок с переводом на каблук с приседанием. - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.</p>
Ф Е В Р А Л Ь	<p><u>Занятие 21</u> (к.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед). <i>Положения и движения ног:</i> - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной поз.).</p>	<p><u>Занятие 22</u> (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.). <i>Положения и движения ног:</i> - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.</p>	<p><u>Занятие 23</u> (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.</p>	<p><u>Занятие 24</u> (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью). <i>Положения и движения ног:</i> - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).</p>
	<u>Занятие 25</u>	<u>Занятие 26</u>	<u>Занятие 27</u>	<u>Занятие 28</u>

М А Р Т	<p><u>(н.т.)</u> Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения); - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu);</p>	<p><u>(н.т.)</u> Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на</p>	<p><u>(н.т.)</u> Положения и движения ног: - «Ковырялочка»; Положения и движения ног: - «Ковырялочка» (с притопом).</p>	<p><u>(н.т.)</u> Положения и движения ног: - «Елочка»; Положения и движения рук: -«Матрешка».</p>
		каблук в сторону поворота.		
А П Р Е Л Ь	<p><u>Занятие 29</u> <u>(к.т.)</u> Положения и движения ног: - приставные шаги по парам, лицом друг к другу. Положения и движения рук: - «Лодочка» (положение рук в паре).</p>	<p><u>Занятие 30.</u> - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. - поклон в русском характере (без рук).</p>	<p><u>Занятие 31</u> <u>Повторение пройденного материала.</u></p>	<p><u>Занятие 32</u> <u>Танцевальные этюды.</u></p>

М А Й	<u>Занятие 33</u> <u>Танцевальные</u> <u>этюды.</u>	<u>Занятие 34.</u> <u>Подготовка к</u> <u>контрольному</u> <u>итоговому</u> <u>занятию.</u>	<u>Занятие 35</u> <u>Итоговое</u> <u>контрольное</u> <u>занятие.</u>	<u>Занятие 36</u> <u>Диагностика</u> <u>уровня</u> <u>музыкально-</u> <u>двигательных</u> <u>способностей</u> <u>детей.</u>
-------------	--	--	---	--

СТАРШАЯ ГРУППА.
(занятия 1 раз в неделю)

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

Т Я Б Р Ь	Упражнения на ориентировку в пространстве.		- позиции ног(выворотные); - releve по 1,2,3 позициям.	- saute по 1,2.6 позиции по точкам зала. Положения и движения ног: - sotte в повороте (по точкам зала).
О К Т Я Б Р Ь	<p><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.</p>	<p><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. <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie с одновременной работой рук.</p>	<p><u>Занятие 7</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i> <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i></p>	<p><u>Занятие 8</u> <u>(к.т.)</u> <i>Сюжетный танец .</i></p>

Н О Я Б Р Ь	<p><u>Занятие 9</u> <u>(н.т.)</u> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения ног. <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения рук.</p>	<p><u>Занятие 10</u> и <u>Занятие 11</u> <u>(н.т.)</u> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения движения ног. <i>Положения и движения рук:</i> - положение рук на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок.</p>	<p><u>Занятие 11</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом. <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).</p>	<p><u>Занятие 12</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта). <i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).</p>

Д Е К А Б Р Ь	<p><u>Занятие 13.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi- plié. <i>Движения ног:</i> - притоп простой, двойной, тройной; - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с притопом.</p>	<p><u>Занятие 14</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - «приглашение». <i>Движения ног:</i> - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу. <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка».</p>	<p><u>Занятие 15.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i> - «лодочка» (поворот под руку). <i>Движения ног:</i> Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад.</p>	<p><u>Занятие 16</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - простой дробный ход (с работой рук и без). <i>Положения рук в паре:</i> - «под ручки» (лицом вперед). <i>Движения ног:</i> - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).</p>
---------------------------------	---	--	--	---

Я Н В А Р Ь	<p><u>Занятие 17</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положение рук в паре:</i> - «под ручки» (лицом друг к другу). <i>Движения ног:</i> -простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие перестроения : колонна по одному, по парам,</p>	<p><u>Занятие 18</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i> - сзади за талию (по парам, тройкам). <i>Движения ног:</i> - танцевальный шаг по парам, тройкам (по положение рук сзади за талию). <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - диагональ.</p>	<p><u>Занятие 19</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «змейка»; - «ручеек». <i>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</i></p>	<p><u>Занятие 20</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца. Движения ног:</i> - прыжки с поджатыми ногами.</p>
----------------------------	---	--	--	---

	<p>тройкам, по четыре.</p>			
<p>Ф Е В</p>	<p><u>Занятие 21.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «шаркающий шаг». <i>Движения ног:</i> - «елочка»; <u>(мальчики):</u> - подготовка к присядке (плавное</p>	<p><u>Занятие 22</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «гармошка»; <u>(девочки):</u> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).</p>	<p><u>Занятие 23</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад. <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u></p>	<p><u>Занятие 24</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «звездочка». <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «корзиночка».</p>

Р А Л Ь	и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).	<i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; <i>(девочки):</i> - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».	- подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); <i>(девочки):</i> - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».	
М А Р Т	<u>Занятие 25.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции. <i>Движения ног:</i> - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.	<u>26</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца. Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</i>	<u>Занятие 27</u> <u>(н.т.)</u> <i>«Кадриль».</i>	<u>Занятие 28</u> <u>(б.т.)</u> <i>Постановка корпуса, головы, рук и ног.</i> <i>Движения ног:</i> - шаги: бытовой и танцевальный. <i>Движения ног:</i> - поклон, реверанс.
А П Р Е Л Ь	<u>29</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «боковой галоп» простой (по кругу). <i>Движения ног:</i> - «боковой галоп» с притопом (по линиям).	<u>Занятие 30</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «пике» (одинарный) в прыжке. <i>Движения ног:</i> - «пике» (двойной) в прыжке.	<u>Занятие 31</u> <u>(б.т.)</u> <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> <u>(б.т.)</u> <i>Движения в паре:</i> - «боковой галоп» вправо, влево. <i>Движения в паре:</i> - легкое покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам.

М А Й	33(б.т.) <i>Движения ног:</i> - боковой подъемный шаг. <i>Положения рук в паре:</i> - «корзиночка».	34 <u>Подготовка к контрольному итоговому занятию.</u>	Занятие 35 <u>Итоговое контрольное занятие.</u>	Занятие 36 <u>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.</u>
-------------	---	--	---	--

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА.
(занятие 1 раз в неделю)

ме-сяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	Занятие 1. <i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</i>	Занятие 2. <i>Повторение 2 года обучения.</i> Классический танец (положения и движения ног). <i>Движения рук:</i> - port de bras.	Занятие 3. <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - releve. <i>Движения ног:</i> - demi – plie.	Занятие 4. <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - battement tendu. <i>Движения ног:</i> - passé.
О К Т Я Б Р Ь	Занятие 5. <i>Повторение 2 года обучения.</i> Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре).	Занятие 6 <i>Повторение 2 года обучения.</i> Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве). <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое.	Занятие 7 <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поклон в русском характере. <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг.	Занятие 8 <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с остановкой ноги сзади. <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.

Н О Я Б Р Ь	<p><u>Занятие 9</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - переменный ход вперед, назад. <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; (девочки): - взмахи платочком.</p>	<p><u>Занятие 10</u> (н.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца»; - «карусель». <i>Движения ног:</i> - боковое «припадание» по 3 позиции.</p>	<p><u>Занятие 11</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «припадание» в повороте. <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок по бедру, по голени.</p>	<p><u>Занятие 12</u> (н.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i></p>
Д Е К А Б Р Ь	<p><u>Занятие 13</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - кадрильный шаг с каблука. <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (каблуком по полу).</p>	<p><u>Занятие 14</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (полупальцами по полу). <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг.</p>	<p><u>Занятие 15</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук). <i>Движения ног:</i> «ковырялочка» с подскоком.</p>	<p><u>Занятие 16</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте. <i>Движения ног:</i> - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.</p>

Я Н В А Р Ь	<p><u>Занятие 17</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте. <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.</p>	<p><u>Занятие 18</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - подготовка к «веревочке». <i>Движения ног:</i> - «веревочка».</p>	<p><u>Занятие 19</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - прыжок с поджатыми; <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком). <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»)). <i>Движения в паре:</i> - соскок на две ноги лицом друг другу.</p>	<p><u>Занятие 20</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку по кругу; <u>(мальчики):</u> - присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу. <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку в повороте; <u>(мальчики):</u> - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.</p>
----------------------------	---	---	---	---

Ф Е В Р А Л Ь	<p><u>Занятие 21</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца».</p> <p><i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад.</p> <p><i>Движения ног:</i> <u>(девочки):</u> - вращение на полупальцах;</p> <p><u>(мальчики):</u> - «гусиный шаг».</p>	<p><u>Занятие 22</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «карусель».</p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</i></p>	<p><u>Занятие 23</u> <i>«Русская плясовая».</i></p>	<p><u>24</u> <i>Повтор 2 года обучения.</i> Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре).</p> <p><i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u> - шаг польки (по одному); - шаг польки (по парам).</p>
М А Р Т	<p><u>Занятие 25.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u> - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте.</p> <p><i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u></p>	<p><u>26</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u> - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад).</p> <p><i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u></p>	<p><u>Занятие 27</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</i> <i>Танцевальная комбинация, ос-</i></p>	<p><u>28</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Вальс:</u> - шаг вальса (по одному, по парам).</p> <p><i>Движения ног:</i> <u>Вальс:</u></p>
	- шаг польки в сочетании с «подскоками».	- прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.	<i>нованная на движениях бального танца («Полька»).</i>	- шаг balance (на месте, с продвижением вперед, назад).

А П Р Е Л Ь	<p><u>29</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения в паре:</i> - 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). <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»).</i></p>	<p><u>Занятие 30</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полонез:</i> - шаг полонеза; - шаг полонеза (в парах, по кругу). <i>Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»).</i></p>	<p><u>Занятие 31</u> - <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл:</i> - - основное в движение «Рок-н-ролл». <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл:</i> прыжки стороны «гармошка»</p>	<p><u>Занятие 32</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл:</i> - шаги в сторону «буратино». <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл :</i> - хоппы «танцующие петушки».</p>
М А Й	<p><u>Занятие 33</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл:</i> - буги впередназад «лесенка». <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл:</i> - пяточки ,большие пяточки «щгаем через лужу».</p>	<p><u>Занятие 34</u> <u>Подготовка к контрольному итоговому занятию.</u></p>	<p><u>Занятие35..</u> <u>Итоговое контрольное занятие.</u></p>	<p><u>Занятие 36.</u> <u>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.</u></p>

1.4. Планируемые результаты

1. Предметные:

- улучшена моторика и гибкость тела;
- развита физическая выносливость и устойчивость;
- освоены базовые танцевальные движения и умение контролировать свое тело.

2. Метапредметные:

- дети умеют чувствовать ритм и передавать его через движение;
- способны передавать характер и настроение через танец;
- развито художественное воображение, ассоциативная память и инициатива.

3. Личностные:

- развиты активность, самостоятельность и коммуникативные способности;
- сформировано чувство ансамбля, умение работать в команде и уважать партнеров;
- сформировано общее представление о красоте и нравственно-эстетических отношениях;
- укреплена вера в свои силы и получение радости от выступлений.

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Дата начала и окончания учебного года: с 1 сентября по 31 мая В январе в связи с каникулами занятия начинаются со второй недели.

Средняя группа

Всего занятий/ часов в неделю	Всего занятий /часов в месяц	Количество занятий/часов в год
1/20 мин	4/80 мин (1 час 20 мин)	36/720 мин (12 часов)

Старшая группа

Всего занятий/ часов в неделю	Всего занятий /часов в месяц	Количество занятий/часов в год
-------------------------------	------------------------------	--------------------------------

1/25 мин	4/100 мин (1 час 40 мин)	36/900 мин (15 часов)
----------	-----------------------------	--------------------------

Подготовительная группа

Всего занятий/ часов в неделю	Всего занятий /часов в месяц	Количество занятий/часов в год
1/30 мин	4/120 мин (2 часа)	36/1080 мин (18 часов)

2.2. Условия реализации программы

Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка - уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

- использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

- защита детей от всех форм физического и психического насилия; - поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность

Организация предметно-пространственной развивающей среды.

К организации предметно-пространственной среды относятся условия, обеспечивающие качество уровня развития у дошкольников музыкально-ритмических и танцевально-творческих навыков:

- музыкальный зал, специально оборудованный танцевальный зал с зеркалами и хореографической стойкой;
- наличие музыкальной аппаратуры, музыкальный центр, компьютер, мультимедиаплеер;
- наличие музыкально-дидактических игр, пособий и атрибутов к танцам; - костюмерная с достаточным количеством костюмов для танцевального творчества дошкольников, выступлений;
- музыкальный инструмент (фортепиано) Кадровые

условия реализации программы.

Участниками образовательного процесса, реализующими выполнение данной программы, являются:

- педагог, музыкальный руководитель, имеющий высшее образование, высшую квалификационную категорию, со стажем педагогической работы 29 лет (курсы повышения квалификации в ЧОУ ДПО «Институт новых технологий в образовании» по программе «Теория и методика музыкального образования детей дошкольного возраста с учётом ФГОС»; курсы обучения по мастер-классу «Танцы, пляски, игры, хороводы для дошкольников, зимняя тематика, весенняя тематика» г. Харьков, 2014, 2015 г.)

Материально – техническое обеспечение:

Музыкальный зал.

Нотно-методическая литература.

Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности:

- а) Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.

- б) Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
- в) Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
- г) Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
- д) Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
- е) Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
- ж) Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
- з) Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.
- Аудиокассеты, СД – диски, видеодиски.
- Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
- Фортепиано.
- Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.

2.3 Формы аттестации

Методика выявления уровня развития чувства ритма

(разработана на основе методик А.Н. Зиминной и А.И. Бурениной)

Цель: выявление уровня развития чувства ритма.

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

Средний дошкольный возраст.

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение.

- 1) соответствие движений характеру музыки с контрастными частями:

высокий – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений в соответствии с изменением характера музыки, чувствует начало и конец музыки; средний – производит смену движений с запаздыванием, по показу взрослого; низкий – смену движений не производит, не чувствует начало и конец музыки.

соответствие движений ритму музыки: высокий – ребёнок чётко ритмично выполняет движения; средний – выполняет движения с ошибками; низкий – движения выполняются неритмично 3) соответствие движений темпу музыки:

высокий - ребёнок чувствует смену темпа, самостоятельно отмечает это сменой движения;

средний – чувствует смену темпа с запаздыванием, движения меняет по показу взрослого или других детей;

низкий – не чувствует смену темпа, движения меняет с большим опозданием.

4) координация движений и внимание («Ритмическое эхо» со звучащими жестами): высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок; средний – допускает 1-2 ошибки; низкий – не справляется с заданием.

2. Воспроизведение метра и ритма. 1) воспроизведение метрической

пульсации музыкального произведения в хлопках: высокий – ребёнок точно воспроизводит метрическую пульсацию музыкального произведения; средний – на протяжении выполнения задания кратковременно теряет ощущение метра (спешит, запаздывает), но в целом справляется с заданием. низкий – беспорядочные хлопки.

2) воспроизведение ритма знакомой песни под пение педагога или своё пение: высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок знакомой песни; средний – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками; низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

3) воспроизведение ритмического рисунка в хлопках («Ритмическое эхо»): высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок; средний – допускает 2-3 ошибки; низкий – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

Старший дошкольный возраст.

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение.

1) **передача в движении характера знакомого музыкального произведения** (3-х частная форма): высокий – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений,

движения соответствуют характеру музыки; средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки; низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

2) **передача в движении характера незнакомого музыкального произведения** (фрагмента) после предварительного прослушивания:

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений; средний – движения соответствуют характеру

музыки, но недостаточная

эмоциональность при выполнении движений; низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

3) **соответствие ритма движений ритму музыки:** высокий – чёткое выполнение движений; средний – выполнение движений с ошибками; низкий – движение выполняется не ритмично.

4) **координация движений и внимание** («ритмическое эхо со звучащими жестами»): высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок; средний – допускает 1-2 ошибки; низкий – не справляется с заданием.

2. Воспроизведение ритма.

1) воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение:

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок знакомой песни; средний – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками; низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

2) воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на инструменте:

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок мелодии; средний – воспроизводит ритм песни с ошибками; низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

3) воспроизведение ритма песни шагами: высокий – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу; средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте; низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием. 4) воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах («ритмическое эхо»): высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок; средний – допускает 2-3 ошибки; низкий – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

3. Творчество.

1) сочинение ритмических рисунков:

высокий – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки; средний – использует стандартные ритмические рисунки; низкий – не справляется с заданием.

2) танцевальное: высокий – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны; средний чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки; низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка - 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 - неодновременное, 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.

4) 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 неземональных 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.

2.4 Оценочные материалы

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, исполняет 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.

2.5 Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса. Очно.

Формы и методы организации образовательного процесса

- по способу организации занятия (словесные – устное объяснение, диалог), наглядные (показ видеоматериалов, показ педагога), практические (выполнение упражнений).
- по форме организации (подгрупповые, индивидуальные).

Формы организации учебного занятия. Творческие этюды, конкурсы, фестивали.

Элементы русского танца

«Во саду ли в огороде»

1. 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.)
2. Разминка «Ах, вы, сени» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг вперед. 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.)

3. Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные. Полу присядка. Хлопушки в ладоши, по бедру. Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом.

Ходы – простой с носка, «елочка», шаркающий шаг. Исполнение движений с одновременной работой рук.

4. Танцевальная композиция «Порушка - Пораня»

5. Игра «Заплетися мой плетень»

6. Игра «Танец ткачей»

7. Игра «Веселый оркестр»

8. Партерная гимнастика (упражнения на растяжку ног, укрепление мышц спины, улучшения выворотности ног)

Детский бальный танец, ритмика.

«Приглашение к танцу»

1. 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.)
2. Разминка «Раз, два, три, четыре» (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.)
3. Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие прыжки на месте, хлопки в разных ритмических рисунках.
4. Полька «Забава»
5. Игра «Давайте потанцуем»
6. Игра «Музыкальные змейки»

7.Игра «одиноким путник»

8.Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)

- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.

- Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой.

Элементы эстрадного танца

«Давайте построим большой хоровод»

1.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, шторки, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.)

2.Разминка «Зарядка» (подъем на полу пальцы, приседания, наклоны, повороты туловища, махи согнутыми ногами, выпады –исполняются совместно с движениями рук, головы.)

3.Танцевальная композиция «Давайте построим большой хоровод».

4.Игра «Домики»

5.Игра «Будь внимателен»

6.Игра « А, ну-ка, покажи»

7.Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)

2.6 Список использованной литературы

1. Барышникова Т.К. «Азбука хореографии». – СПб., 1996.
2. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». – М., 2004.
3. Гусев Г.П. «Этюды». – М., 2004.
4. Звездочкин В.А. «Классический танец». – Ростов н/Д., 2003.

5. Устинова Т. «Беречь красоту русского народного танца». – М., 1959.
6. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение». – М., 1984.
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать». – М., 2003.
8. Белов М. «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства». - М.,1953.
9. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду». Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., Линка – Пресс, 2006.
10. Иванов В.А. «Детский танец», методическое пособие, Пермь, 1998.

—

11.