

Принято
на Педагогическом Совете
МДОАУ «Детский сад № 65 г. Орска»
Протокол № 1 от 30.08.2024г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МДОАУ
«Детский сад № 65 г. Орска»
Т.А. Кудинова
Приказ № 48/11 от 30.08.2024

Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности по курсу
«ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ»
для детей 3-7 лет
муниципального дошкольного образовательного автономного учреждения
«Детский сад № 65 общеразвивающего вида
с приоритетным осуществлением познавательно-речевого
развития воспитанников г. Орска»

СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цель и задачи реализации Программы

1.1.2. Принципы построения занятий.

1.1.3. Методы, формы и средства реализации программы

1.1.4. Этапы обучения по Программе

1.1.5. Возрастные и индивидуальные особенности обучающихся

1.2. Ожидаемый результат

2.1. Содержательный раздел Программы

2.1.1 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

2.2. Тематическое планирование для обучающихся от 3 до 7 лет

3. Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения

3.2. Обеспеченность методическим материалом и средствами обучения

3.3. Расписание занятий

3.4. Учебный план по реализации дополнительной общеразвивающей программы

художественной направленности по курсу «Основы хореографии»

І . ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Основы хореографии» (далее Программа) направлена на достижение цели и решение задач художественно эстетического развития детей от 3 до 7 лет.

Программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне гармоничной личности дошкольника.

Обучение детей по данной Программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим обучающимся возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

Программа составлена в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от. 29. 12. 2012 №273-ФЗ
2. Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
4. Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

1.1.1. Цели и задачи Программы

Цель Программы: содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами хореографического искусства.

Обозначенная общепедагогическая цель программы конкретизируется в образовательной, воспитательной и развивающей работе:

Образовательная цель Программы: привить интерес дошкольников к хореографическому искусству, развить их творческие способности, посредством танцевального искусства.

Воспитательная цель Программы: профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

Развивающая цель Программы: развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности; воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство.

Приоритетной задачей Программы является развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

Обозначенная задача конкретизируется в следующих направлениях работы:

I. Развитие музыкальности:

□ обучение танцевальному этикету и формирование умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни.

II. Развитие двигательных качеств и умений:

□ укрепление мышечного корсета средствами классического, современного и балльного танцев, воспитание культуры движения;

□ формирование эластичности мышц, укрепление суставно-связочного аппарата, развитие силы и ловкости;

□ воспитание дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;

□ развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений:

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

□ упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

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

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

III Развитие творческих способностей:

□ развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;

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

□ развитие умения оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

IV. Развитие и тренировка психических процессов:

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

□ развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления – на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т. д.);

□ развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т. д., разнообразные по характеру настроения.

V. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

□ воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых.

1.1.2. Принципы и подходы построения дополнительной общеразвивающей Программы

Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих

ценностей, а также способностей и интегративных качеств. Отсутствуют жесткая регламентация знаний детей и предметный центризм в обучении, опора на лучшие традиции отечественного дошкольного образования, его фундаментальность: комплексное решение задач по охране жизни и укреплению здоровья детей, всестороннее воспитание, амплификацию (обогащение) развития на основе организации разнообразных видов детской творческой деятельности.

В основу Программы заложены следующие **принципы**:

1. *Принцип сознательности и активности* предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

2. *Принцип наглядности* помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

3. *Принцип индивидуальности* (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому)

4. *Принцип систематичности* предусматривает непрерывность процесса формирования хореографических навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности обучающихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

5. *Принцип гуманности* в воспитательной работе выражает: безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения.

6. *Принцип демократизма* основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

7. *Принцип постепенного повышения требований* (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок).

8. *Принцип систематичности* (непрерывность, регулярность занятий)

9. *Игровой принцип* (занятие стоит на игре.) Игра не только как средства разрядки и отдыха, а необходимость пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

10. *Принцип повторяемости материала* (повторение вырабатываемых двигательных навыков).

11. *Принцип многократного повторения* изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

В основу Программы положены идеи ведущих педагогических подходов во взаимодействии с детьми дошкольного возраста.

Системный подход:

☐ рассматривает все компоненты в тесной взаимосвязи друг с другом; выявляет единство взаимосвязи всех компонентов педагогической системы (целей, задач, содержания, принципов, форм, методов, условий и требований);

☐ выделяет общие свойства и характеристики отдельных компонентов.

Личностный подход:

☐ утверждает представление о сущности человека как личности;

☐ ориентирует организацию педагогического процесса на личность как цель, результат и критерий эффективности;

☐ требует признания уникальности личности, права на свободу и уважение;

☐ использует опору на естественный процесс развития творческого потенциала, саморазвития личности.

Деятельностный подход:

☐ утверждает представление о деятельности как об основе, средстве и главном условии развития и формирования личности;

☐ ориентирует личность на организацию творческого труда как наиболее эффективное преобразование окружающего мира;

☐ позволяет определить наиболее оптимальные условия развития личности в процессе деятельности.

Культурологический подход:

☐ требует рассмотрения проблемы в сравнении с аналогичными процессами в истории отечественной и зарубежной педагогики, с позиций изменений в современной культуре;

☐ предусматривает ориентацию на социальные и культурные требования к формированию и развитию личности.

Компетентностный подход основным результатом образовательной деятельности становится формирование компетентностей как постоянно развивающейся способности воспитанников самостоятельно действовать при решении актуальных проблем.

Средовой подход предусматривает использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка.

1.1.3. Методы, формы и средства реализации программы

Методы обучения - это способы совместной деятельности педагога и воспитанников, при помощи которых наилучшим образом усваивается учащимися музыкально-ритмический материал, прививаются навыки, формируется и развивается эстетический вкус и музыкально-двигательные способности.

Метод использования слова - универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- ☐ рассказ,
- ☐ беседа,
- ☐ обсуждение,
- ☐ объяснение,
- ☐ словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Метод танцевального показа - это такой способ обучения, при котором педагог демонстрирует танцевальную композицию или элементы и анализирует их.

Метод устного изложения учебного материала - с его помощью педагог сообщает детям знания об истории и современном состоянии хореографии. Ритмики. Рассказывает об отдельных танцах и танцевальной музыке. Показывая и разъясняя, те или иные танцевальные композиции педагог помогает ребенку понять характер ритмической, танцевальной лексики и особенности танцевальной музыки.

Методы танцевально-практических действий.

Методы познавательной деятельности обучающихся:

- ☐ иллюстративно-объяснительный метод
- ☐ репродуктивный метод.

Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям.

Приемами данного метода являются показ упражнений, демонстрация плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков.

Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

При репродуктивном методе дети сами воспроизводят известный им по прошлому опыту материал.

Этот метод позволяет педагогу в процессе обучения осуществить контроль затем, как дети усваивают знания, овладевают танцевальными умениями и навыками.

Методы воспитания - это воздействие педагога на дошкольника с целью формирования у них взглядов и убеждений, а также умений и навыков, как в общении, так и в деятельности.

Метод внушения, то есть способ воздействия, при котором педагог стремится передать ребенку своё отношение к определённому материалу - танцевальной лексике, музыке, характеру исполнения движения, чувству ритма и т.п., а также своё (или других) мнение, настроение, оценку.

Метод убеждения - это способ воздействия, с помощью которого педагог обоснованно доказывает ребенку определённые положения, эстетические представления и оценки. Метод убеждения адресуется к разуму дошкольника.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально-ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Рассмотренные методы наглядного обучения и устного изложения материала сочетаются с методом ритмично-практических действий.

Педагогические игры - метод с использованием игровых приёмов и ситуаций.

Коллективно-творческое дело - метод применяется на такой стадии развития детского коллектива, когда воспитанники овладели определёнными навыками самостоятельной, практической и творческой деятельности.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность обучающихся была исполнительской и творческой.

1.1.4. Этапы обучения по Программе

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

1. Начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению).
2. Этап углубленного разучивания упражнения;
3. Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и

демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, повторить упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы обучающихся.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у обучающихся самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у обучающихся, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у обучающихся индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности обучающихся.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к Программе подобран для каждого возраста обучающихся.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- ☐ соответствие возрасту;
- ☐ художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- ☐ моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям;
- ☐ разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры обучающихся.

1.1.5. Возрастные и индивидуальные особенности обучающихся

Данная Программа рассчитана на обучающихся от 3 до 7 лет.

Педагог постоянно занимается эстетическим воспитанием детей, с тем, чтобы они были всесторонне подготовлены к художественному восприятию и созиданию действительности. В основе этого воспитания лежит формирование любви к своей национальной культуре, народному творчеству, интересу и пониманию красоты окружающего мира, общения. Достижение физического совершенства должно стать важной частью воспитания на занятиях по хореографии.

Все эти задачи воспитания не отделимы от возрастных и индивидуальных особенностей детей. Возрастными особенностями принято называть анатомо-физиологические и психологические особенности характера того или иного возрастного периода. В тесной связи с возрастными особенностями находятся индивидуальные - устойчивые свойства личности, характера, интересов, умственной деятельности, присущие тому или иному ребенку и отличающие его от других.

Младший дошкольный возраст (от 3 до 5 лет) Возрастные особенности детей среднего дошкольного возраста связаны с совершенствованием восприятия, развития образного мышления и воображения. Поэтому в возрасте 3-5 лет у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения, возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Дети способны активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет расширять и обогащать репертуар уже освоенных движений более сложными. Продолжает развиваться у детей интерес к музыке, желание её слушать и двигаться в соответствии с настроением музыки, вызывать эмоциональную отзывчивость при восприятии музыкальных произведений. Обогащаются музыкальные впечатления, способствующие дальнейшему развитию основ музыкально-ритмической культуры.

В возрасте от 5 до 7 лет ребенок физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью.

Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Проявляются элементы творчества во всех видах деятельности, осмысленнее воспринимает музыку. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца.

Дети от 5 до 7 лет способны осмыслить указания педагога и, опираясь на имеющийся опыт, без показа выполнить некоторые музыкально-ритмические задания. Они с большим увлечением соревнуются в нахождении новых сочетаний знакомых плясовых движений, конечно, эти попытки детей в придумывании своего танца еще не уверенные. Движения однообразны, чувствуется их некоторая скованность. Дети иногда очень нерешительно включаются в такие задания. Но к концу года многие могут достаточно выразительно передать в танце характер, настроение, имеют большой запас основных танцевальных движений, устойчивых музыкально-ритмических навыков.

Возрастными особенностями принято называть анатомо-физиологические и психологические особенности характера того или иного возрастного периода. В тесной связи с возрастными особенностями находятся индивидуальные - устойчивые свойства личности, характера, интересов, умственной деятельности, присущие тому или иному ребенку и отличающие его от других.

К 5-6-летнему возрасту дети способны заниматься хореографией, так как сформированность структур и функций мозга ребенка близка по ряду показателей к мозгу взрослого человека. Современные данные возрастной психологии позволяют утверждать, что мозг 6-летнего ребенка готов к усвоению доступной информации в процессе систематического обучения. Однако следует иметь в виду, что в индивидуальном развитии детей одного и того же возраста наблюдаются отклонения от средних показателей темпа созревания мозга и всего организма - опережение или отставание. Кроме того, нужно учитывать и половые различия. В физиологическом отношении мальчики в среднем отстают от девочек на год-полтора, хотя те и другие имеют от рождения одинаковое количество лет.

Дошкольники – кинестетики (люди, воспринимающие реальность через ощущения), т.е. им нужно пробовать, а не слушать или смотреть, поэтому занятия хореографией как нельзя лучше соответствуют данному требованию в развитии обучающихся. При ведении занятий с данным возрастом (5 –7 лет) педагогу нужно учитывать, что дошкольники остаются старательны лишь в течение приблизительно 12 минут, им необходима частая смена деятельности, переключение внимания. Усталость одних и активность других детей можно вылить в форму короткого концерта в рамках занятия, что способствует развитию творческого исполнительского мастерства, актерских данных, запоминанию пройденного материала и демонстрации навыков, полученных на хореографии.

К 6-7 годам дети усваивают понятие пола (к противоположному полу относятся терпимо, доброжелательно), начинают сознательно регулировать свое поведение. Для них характерна устойчивость, непосредственность, жизнерадостность, веселое настроение. Они способны испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. Проявляется потребность во внешних впечатлениях, слушании музыки, в посещении концертов, театров, после чего дети часто изображают увиденное.

Для успешной работы педагог должен разбираться в особенностях каждого возраста. Умело, согласно возрастным особенностям распределять физическую нагрузку. А при формировании репертуара и составлении плана работы просто невозможно обойтись без учета индивидуальных и психологических особенностей каждого обучающегося.

Развитие двигательных функций ребенка - сложный процесс, который определяется, с одной стороны, поэтапным созреванием центральной нервной системы, а с другой - многообразными влияниями окружающей среды. Важную роль в этом процессе играет и генетическая программа развития. Если в окружении ребенка отсутствует эта востребованность, наблюдаются искажение и торможение психогенеза в разных вариантах, влекущие за собой вторичные функциональные нарушения на уровне мозга. Это относится и к развитию двигательных функций ребенка. Следовательно,

стимулировать двигательную активность ребенка необходимо правильно: придерживаясь определенных законов развития движений, обусловленных развитием мозга.

Развитие и совершенствование движений начинается от головы, потом затрагивает верхние, а затем и нижние конечности. Координация двигательных навыков развивается поэтому же принципу, поэтому контроль за положением головы формируется раньше, чем за положением ног.

Развитие двигательных функций происходит от проксимального к дистальному направлению, т. е. движения частей тела, расположенных ближе к средней линии тела, совершенствуются раньше, чем движения более удаленных частей. Например, контроль над положением и движением плеч устанавливается раньше, чем контроль над движениями пальцев рук. Эти принципы прямо влияют на методику работы с детьми по развитию (или коррекции) движений. Известно, что если у ребенка недостаточно развита крупная моторика, то и мелкая моторика в отдельности не может быть достаточно сформирована. Например, если во время рисования (или письма) у ребенка напряжена шея и «зажаты плечи», работа кисти рук и пальцев будет затруднена и, соответственно, пострадают результаты труда. Значит, прежде чем улучшать качество результата через тренировку мелкой моторики, необходимо «поработать» с крупной. «...Если двигательные нагрузки отсутствуют или они незначительны, то объем информации, поступающий из рецепторов мышц, уменьшается, что ухудшает обменные процессы в тканях мозга и приводит к нарушениям его регулирующей функции!»

В этом возрасте развиваются коллективистские черты личности. Дети обычно очень общительны, любят совместные игры, находиться в группе сверстников. Они уже могут согласовывать свои действия с действиями других людей, способны к сопереживанию.

Хореографическое искусство у ребенка является дополнением и продолжением его реальной жизни, обогащая ее. Занятия этим искусством приносят ему такие ощущения и переживания, которых он не мог бы получить из каких-либо иных источников.

Отношение детей к занятиям носит индивидуальный и строго выборочный характер. Ребенок воспринимает, запоминает и выполняет то, что его интересует, привлекает.

Сосредоточить их интересы порой непросто. При этом педагогу приходится проявлять такт, чуткость, применять индивидуальный подход к детям. Он должен заинтересовать детей, использовать в работе возможности каждого ребенка, его перспективы. В обращении с детьми необходимо проявление симпатии, уважительного интереса к их радостям и огорчениям, к их сложностям в жизни. Поэтому педагогу необходимо понимать взаимоотношения детей, их внутренний мир.

1.2. Ожидаемые результаты реализации Программы (промежуточная аттестация)

Общие ожидаемые результаты (дети от 3 до 4 лет):

Знать	Иметь представление	Уметь
Элементы партерной гимнастики.	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.

Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях.	- линия; - круг; -полукруг.
Упражнения для разминки.		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца.	О классическом танце и балете в целом.	- позиции рук; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.		- позиции ног; - demi – plie; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
Положения и движения рук народного танца.	О русском народном танца, о русских традиция и праздниках.	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; -взмахи платочком и кистью; - «полочка».
Положения и движения ног народного танца.		- позиции ног; - приставные шаги; - танцевальные движения.
Этюды.	О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танцы к праздничным утренникам.

Общие ожидаемые результаты (дети от 4 до 5 лет):

Знать	Иметь представление	Уметь
Элементы партерной гимнастики.	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях.	- линия; - круг; -полукруг.
Упражнения для разминки.		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца.	О классическом танце и балете в целом.	- позиции рук; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.		- позиции ног; - demi – plie; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
Положения и движения рук народного танца.	О русском народном танца, о русских традиция и праздниках.	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; -взмахи платочком и

		кистью; - «полочка».
Положения и движения ног народного танца.		- позиции ног; - приставные шаги; - танцевальные движения.
Этюды.	О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танцы к праздничным утренникам.

Общие ожидаемые результаты (дети от 5 до 6 лет):

Знать	Иметь представление	Уметь
Квадрат А.Я.Вагановой.	О классическом танце.	Ориентироваться в танцевальном зале.
Положения и движения рук классического танца.	О port de bras (классического танца).	Правильно переводить руки из одного положения в другое.
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса).	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту).
Положения и движения рук народного танца: (положение кисти на талии, port de bras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.)	О русском народном танце.	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши.
Положения рук в паре.	О работе партнеров в паре.	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре.
Движения ног народного танца.	О русском народном танце. (мальчики) – о присядке.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту. Правильно выполнять резкое и плавное приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка».

Движения бального танца.	Об историко-бытовом танце.	Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Уметь чувствовать своего партнера.
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

Общие ожидаемые результаты (дети от 6 до 7 лет):

Знать	Иметь представление	Уметь
Элементы классического экзерсиса на середине.	О классическом танце.	- port de bras; - demi – plie; - battement tendu; - passé; - releve.
Элементы народного танца.	О русском народном танце.	- поклон в русском характере; - различные виды шагов; - танцевальные движения; (мальчики): - присядку; - виды хлопков; - «гусиный шаг»; (девочки): - вращение на полупальцах.
Элементы бальных танцев.	О танцах: - «Полька»; - «Вальс»; - «Полонез»; - «Рок-н-ролл».	Исполнять танцевальные движения различных танцев. Отличить движение «Вальса» от «Полонеза» или «Польки» от «Рок-н-ролл».
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно танцевать тренировочные этюды, передавая характер и темп музыкального сопровождения.

2.1. Содержательный раздел Программы

2.1.1. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Занятие хореографией вводит обучающихся в большой и удивительный мир хореографического искусства, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями хореографии. Регулярные занятия помогут детям влиться в громадный мир музыки от классики до современных стилей и попытаться проявить себя посредством пластики, близкой детям дошкольного возраста. Путем танцевальной импровизации под

понравившуюся музыку у обучающихся развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению.

Для обучения хореографии в детском саду используются следующие методы:

1. Наглядный - исполнение музыки сопровождается показом;
2. Словесный - беседа о характере музыки, рассказ о ее образах;
3. Практический - многократное выполнение музыкально хореографических движений с последующим их включением в игры, пляски, хороводы.

Нужно стремиться научить ребенка действовать по схеме: услышать - увидеть - нарисовать - станцевать.

Наглядные методы - это показ педагога.

Нетрадиционные методы - это совокупность всех методов и приемов, включая пластическую гимнастику, партерную гимнастику с использованием подсобных средств (стульчики, палочки)

Словесные методы - это раскрытие танцевального образа через рассказ, определяя характер героя, его эмоциональный настрой.

Практические методы - результат общей работы педагога и обучающихся. Это праздники, развлечения, где обучающиеся раскрывают свою индивидуальность, используя основной принцип хореографии: от музыки к движению.

2.2. Тематическое планирование для обучающихся от 3 до 7 лет

Вторая младшая группа (дети от 3 до 4 лет)

(8 занятий в месяц, 2 раз в неделю по 15 минут)

№ 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; - упражнения для улучшения гибкости позвоночника; - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья.
3.	<u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> - игра «Зайки и белки»; - простейшие построения: круг, полукруг «Змейка» или «Вагончики»; - сужение круга, расширение круга «Раздувайся пузырь» - различие правой, левой руки, ног: «Бабочки» - вращение на месте на носочках (разучивание кружений в медленном темпе «Воздушные шарики».
4.	<u>Упражнения для разминки:</u> -повороты головы направо, налево: «Да, нет» -наклоны головы вверх, вниз: «Наверху – внизу», направо, налево «Часики», круговое движение головой, «Уточка»; -наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; -движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»; -движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх;

	- прыжки поочередно на правой и левой ноге; - простой бег (ноги забрасываются назад); - легкий бег на полупальцах; - «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра); - бег на месте и с продвижением вперед и назад.
5.	<u>Классический танец.</u> 1. Постановка корпуса. 2. Положения и движения рук: - подготовительная позиция; - 1, 2 позиции рук и ног «Помирили-поссорили» 3. Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2); - demi plie (по 1 позиции) (полуприседы); - легкий бег на полупальцах; - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. 4. Танцевальные комбинации.
6.	<u>Народный танец.</u> 1. Положения и движения рук: - подготовка к началу движения (ладошка на талии); - хлопки в ладоши; - положение «полочка» (руки перед грудью); - положение «лодочка». 2. Положения и движения ног: - позиции ног (1-3 свободные); - простой бытовой шаг; - приставной шаг с приседанием; - упражнения для ног – каблук, носок, пружинка, вынос в стороны; - поворот на месте и покачивание со стороны в сторону; - поклон в русском характере (без рук). 3. Танцевальные комбинации.
7.	Танцевальные этюды, танцы: - сюжетные танцы к праздничным утренникам.
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
9.	Итоговое контрольное занятие (утренник)
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 18 часов	

Средняя группа (дети от 4 до 5 лет)
(8 занятий в месяц, 2 раз в неделю по 20 минут)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	<u>Вводное занятие.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
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.
4.	<u>Упражнения для разминки:</u> - 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 перекал с полупальцев на пятки); - чередование шагов на полупальцах и пяточках; - прыжки поочередно на правой и левой ноге; - простой бег (ноги забрасываются назад); - «Цапелки» (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.
5.	<u>Классический танец.</u> 1. Постановка корпуса. 2. Положения и движения рук: - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти; - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению; 3. Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie (по 1 позиции)(полуприседы); - releve (по 6 позиции) (подъём на пальцы или полупальцы);

	- saute (по 6 позиции) (прыжок на месте по 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)(отведение ноги в сторону); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. 4. Танцевальные комбинации.
6.	<u>Народный танец.</u> 1. Положения и движения рук: - подготовка к началу движения (ладошка на талии); - хлопки в ладоши; - взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.); - положение «полочка» (руки перед грудью); - положение «лодочка». 2. Положения и движения ног: - 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). 3. Танцевальные комбинации.
7.	Танцевальные этюды, танцы: - сюжетные танцы к праздничным утренникам.
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
9.	Итоговое контрольное занятие. (утренник)
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 22 часа 40 минут	

Старшая группа (дети от 5 до 6 лет)
(8 занятий в месяц, 2 раза в неделю по 25 минут)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<u>Классический танец :</u> 1. Повтор 1 и 2-го года обучения. 2. Упражнения на ориентировку в пространстве: - положение прямо (анфас), полуоборот; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А.Я.Вагановой. 3. Положения и движения рук: - перевод рук из одного положения в другое. 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); (подъем на пальцы, полупальцы) - demi-plie по 1,2,3 поз.; (маленькое приседание) - demi-plie с одновременной работой рук; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - saute по 1,2,6 поз.; (прыжки по позициям) - saute в повороте (по точкам зала). 5. Танцевальные комбинации.
4.	<u>Народный танец :</u> 1. Повтор 1 и 2-го года обучения. 2. Положения и движения рук: - положение на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок; - переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца); - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»; - «приглашение». 3. Положение рук в паре: - «лодочка» (поворот по руку); - «под ручки» (лицом вперед); - «под ручки» (лицом друг к другу); - сзади за талию (по парам, по тройкам). 4. Движения ног: - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом; - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию); - 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; - «шаркающий шаг»; - «елочка»; - «гармошка»; - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад; - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции; - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции. (мальчики) - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции); - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция). (девочки) - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверх, 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»; 5. Упражнения на ориентировку в пространстве: - диагональ; - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре; - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка». 6. Танцевальные комбинации.
5.	<u>Бальный танец:</u> 1. Постановка корпуса, головы, рук и ног. 1. Движения ног: - шаги: бытовой, танцевальный; - поклон и реверанс; - боковой подъемный шаг (pas 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. Движения в паре: - (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». 4. Танцевальные комбинации.
6.	Этюды:

	- сюжетные танцы к праздничным утренникам.
7.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
8.	Итоговое контрольное занятие (утренник)
9.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 30 часов 20 минут.	

Подготовительная группа (дети от 6 до 7 лет)
(8 занятий в месяц, 2 раза в неделю по 30 минут)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<u>Классический танец:</u> 1. Повтор 3 года обучения. 2. Движения рук: - port de bras. (наклоны корпуса, головы). 3. Движения рук: -demi-plie ; - battement tendu; - passé (связующее движение, проведение или переводение ноги); - releve (подъём на пальцы или полупальцы). 4. Танцевальные комбинации.
3.	<u>Народный танец:</u> 1. Повтор 3 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;

	<u>(девочки):</u> - вращение на полупальцах; <u>(мальчики):</u> - 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.
4.	<u>Бальный танец:</u> 1. Повтор 3 года обучения. 2. Положения и движения ног: Полька: - раг польки (по одному, по парам); - раг 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: - раг вальса (по одному, по парам); - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад). Полонез: - раг полонеза; - раг 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.
5.	Этюды
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие (утренник).
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 36 часов.	

Календарно-тематическое планирование.

Вторая младшая группа (дети от 3 до 4 лет)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> <i>Вводное занятие.</i> <u>Занятие 2.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для подвижности стопы.	<u>Занятие 3.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для гибкости суставов. <u>Занятие 4.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для эластичности мышц и связок.	<u>Занятие 5.</u> <i>Постановка корпуса.</i> <u>Занятие 6.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -игра «Зайки и белки»	<u>Занятие 7.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для развития силы мышц ног. <u>Занятие 8.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> -повороты головы направо, налево «Да-нет»; -наклоны головы вверх, вниз «Наверху-внизу», наклоны головы направо, налево «Часики», круговое движение головой, «Уточка»;
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 9.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -простейшие построения в линию. <u>Занятие 10.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> -наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч «Незнайка»; -движения руками «Паровозик».	<u>Занятие 11.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -простейшие перестроения: в круг «Змейка»; - сужение круга, расширение круга «Пузырь» <u>Занятие 12.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); -шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов).	<u>Занятие 13. (н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> -подготовка к началу движения (ладошка на талии). <u>Занятие 14.</u> <i>Положения и движения ног:</i> - простой бытовой шаг вперед с каблука.	<u>Занятие 15. (н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - 1-3 позиции. <u>Занятие 16.</u> <i>Положения и движения ног:</i> -легкий бег на полупальцах.
Н О Я Б	<u>Занятие 17.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i>	<u>Занятие 19.</u> <i>Положения и движения ног:</i> - «Пружинка» -	<u>Занятие 21.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> -«Цапелки» -	<u>Занятие 23.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - прыжки

Р Б	-различие правой и левой руки, ног «Бабочки»; - повороты вправо, влево. Занятие 18. Упражнения на ориентировку в пространстве: - вращение на месте на носочках (разучивание кружений в медленном темпе «Воздушные шарики»).	приседание Занятие 20. Упражнения для разминки: - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.	шаги с высоким подниманием бедра; Занятие 22.(к.т.) Положения и движения ног: - упражнения для ног – каблук, носок, пружинка, вынос в стороны.	поочередно на правой и левой ноге. Занятие 24. Упражнения на ориентировку в пространстве: - передвижение друг за другом, перестроение в круг, на полукруг: «Вагончики»
Д Е К А Б Р Ь	Занятие 25.(к.т.) Положения и движения ног: -позиции ног (выворотные 1,2) Занятие 26. Положения и движения ног: -позиции ног (свободные 1,2)	Занятие 27.(н.т.) Положения и движения ног: -позиции ног (выворотные 1,2) Занятие 28. Упражнения для разминки: -прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию;	Занятие 29. Упражнения для разминки: -прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны. Занятие 30. (к.т.) Положения и движения рук: - подготовительная позиция; -подготовка к началу движения.	Занятие 31.(к.т.) Положения и движения рук: -позиции рук (подготовительная, 1,2); Занятие 32. -отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.
Я Н В А Р Ь	Занятие 33.(к.т.) Положения и движения рук: -раскрывание и закрывание рук. Занятие 34.(к.т.) Положения и движения ног: -поворот на месте и покачивание со стороны в сторону;	Занятие 35.(к.т.) Положения и движения ног: - demi-plie (1 поз.). Занятие 36.(н.т.) Положения и движения ног: -упражнения для ног – каблук, носок, пружинка, вынос в стороны;	Занятие 37.(н.т.) Положения и движения ног: - легкий бег на полупальцах Занятие 38.(н.т.) Положения и движения рук: - хлопки в ладоши.	Занятие 39.(н.т.) Положения и движения ног: -реверанс для девочек, поклон для мальчиков. Занятие 40.(н.т.) Положения и движения рук: -ритмическое сочетание хлопков в ладоши.
Ф Е В Р А Л	Занятие 41.(к.т.) Положения и движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров	Занятие 43.(н.т.) Положения и движения рук: -взмахи платочком (дев.); -взмах кистью	Занятие 45.(н.т.) Положения и движения ног: -простой приставной шаг с притопом;	Занятие 47.(н.т.) Положения и движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью).

Б	вытянуты вперед). <u>Занятие 42.(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> -танцевальный шаг; -танцевальный шаг по парам (руки в основной поз.).	(мал.). <u>Занятие 44.(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> -простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.	<u>Занятие 46.(н.т.)</u> -простой приставной шаг с приседанием.	<u>Занятие 48.(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> -поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).
	<u>Занятие 49.(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - приставной шаг. <u>Занятие 50.(н.т.)</u> -перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu);	<u>Занятие 51.(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - приставной шаг с приседанием. <u>Занятие 52.(н.т.)</u> -приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.	<u>Занятие 53.(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - движение на носочках, кружение <u>Занятие 54.(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> -выставление пятки, возвращение ноги в исходную позицию.	<u>Занятие 55.(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - в «лодочке» (пары). <u>Занятие 56.(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> -«лодочка». .
А П Р Е Л Ь	<u>Занятие 57.(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - приставные шаги по парам, лицом друг к другу. <u>Занятие 58.(к.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - «Лодочка» (положение рук в паре).	<u>Занятие 59.</u> -реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <u>Занятие 60.</u> -поклон в русском характере (без рук).	<u>Занятие 61.</u> Повторение пройденного материала. <u>Занятие 62.</u> Повторение пройденного материала.	<u>Занятие 63.</u> Танцевальные этюды. <u>Занятие 64.</u> Танцевальные этюды.
М А Й	<u>Занятие 65.</u> Танцевальные этюды. <u>Занятие 66.</u> Танцевальные этюды.	<u>Занятие 67.</u> Танцевальные этюды. <u>Занятие 68.</u> Танцевальные этюды.	<u>Занятие 69.</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию. <u>Занятие 70.</u> Итоговое контрольное занятие.	<u>Занятие 71.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей. <u>Занятие 72-74.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Средняя группа (дети от 4 до 5 лет)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> <i>Вводное занятие.</i> <u>Занятие 2.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для подвижности стопы.	<u>Занятие 3.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для гибкости суставов. <u>Занятие 4.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для эластичности мышц и связок.	<u>Занятие 5 .</u> <i>Постановка корпуса.</i> <u>Занятие 6.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - игра «Найди свое место»;	<u>Занятие 7.</u> <i>Партерная гимнастика:</i> -упражнения для развития силы мышц ног. <u>Занятие 8.</u> <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	<u>Занятие 9.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -простейшие построения: линия, колонка. <u>Занятие 10.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками.	<u>Занятие 11.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал. <u>Занятие 12.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> -«Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); -шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов).	<u>Занятие 13.(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> -подготовка к началу движения (ладошка на талии). <u>Занятие 14.</u> <i>Положения и движения ног:</i> - простой бытовой шаг вперед с каблука.	<u>Занятие 15.(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - 6 позиция. <u>Занятие 16.</u> <i>Положения и движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах.
Н О Я Б Р Ь	<u>Занятие 17.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - различие правой и левой руки, ноги плеча;	<u>Занятие 19.</u> <i>Положения и движения ног:</i> - «Пружинка» - маленькое тройное приседание;	<u>Занятие 21.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - «Цапельки» - шаги с высоким подниманием бедра;	<u>Занятие 23.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых

	- повороты вправо, влево. <u>Занятие 18.</u> <u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> - движения по линии танца, против линии танца.	- «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса. <u>Занятие 20.</u> <u>Упражнения для разминки:</u> - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.	- «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра. <u>Занятие 22.(к.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> -sote (6 позиция).	ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге. <u>Занятие 24.</u> <u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7).
Д Е К А Б Р Ь	<u>Занятие 25.(к.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - позиции ног (выворотные 1,2,3) <u>Занятие 26.</u> <u>Положения и движения ног:</u> - позиции ног (свободные 1,2,3;)	<u>Занятие 27.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> 2 – прямая закрытая). <u>Занятие 28.</u> <u>Упражнения для разминки:</u> - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию;	<u>Занятие 29.</u> <u>Упражнения для разминки:</u> - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны. <u>Занятие 30. (к.т.)</u> <u>Положения и движения рук:</u> подготовительная позиция; - подготовка к началу движения.	<u>Занятие 31.(к.т.)</u> <u>Положения и движения рук:</u> - позиции рук (1-3); <u>Занятие 32.</u> - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.
Я Н В А Р Ь	<u>Занятие 33.(к.т.)</u> <u>Положения и движения рук:</u> - раскрытие и закрывание рук. <u>Занятие 34.(к.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - releve по 6 позиции с фиксацией на верху.	<u>Занятие 35.(к.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - demi-plie (1 поз.). <u>Занятие 36.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - battement tendu вперед, сторону на носок с переводом на каблук в русском характере.	<u>Занятие 37.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - притоп простой, двойной, тройной; <u>Занятие 38.(н.т.)</u> <u>Положения и движения рук:</u> - хлопки в ладоши.	<u>Занятие 39.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - battement tendu на носок с переводом на каблук с приседанием . <u>Занятие 40.(н.т.)</u> - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.
	<u>Занятие 41.(к.т.)</u> <u>Положения и</u>	<u>Занятие 43.(н.т.)</u> <u>Положения и</u>	<u>Занятие 45.(н.т.)</u> <u>Положения и</u>	<u>Занятие 47.(н.т.)</u> <u>Положения и</u>

Ф Е В Р А Л Ь	движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед). <u>Занятие 42.(к.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - танцевальный шаг; -танцевальный шаг по парам (руки в основной поз.).	движения рук: - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.). <u>Занятие 44.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.	движения ног: - простой приставной шаг с притопом; <u>Занятие 46.(н.т.)</u> - простой приставной шаг с приседанием.	движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью). <u>Занятие 48.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).
М А Р Т	<u>Занятие 49.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения); <u>Занятие 50.(н.т.)</u> -перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu);	<u>Занятие 51.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); <u>Занятие 52.(н.т.)</u> - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.	<u>Занятие 53.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - «Ковырялочка»; <u>Занятие 54.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - «Ковырялочка» (с притопом).	<u>Занятие 55.(н.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - «Елочка»; <u>Занятие 56.(н.т.)</u> <u>Положения и движения рук:</u> -«Матрешка».
А П Р Е Л Ь	<u>Занятие 57.(к.т.)</u> <u>Положения и движения ног:</u> - приставные шаги по парам, лицом друг к другу. <u>Занятие 58.(к.т.)</u> <u>Положения и движения рук:</u> - «Лодочка» (положение рук в паре).	<u>Занятие 59.</u> - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <u>Занятие 60.</u> - поклон в русском характере (без рук).	<u>Занятие 61.</u> Повторение пройденного материала. <u>Занятие 62.</u> Повторение пройденного материала.	<u>Занятие 63.</u> Танцевальные этюды. <u>Занятие 64.</u> Танцевальные этюды.
М А Й	<u>Занятие 65.</u> Танцевальные этюды. <u>Занятие 66.</u>	<u>Занятие 67.</u> Танцевальные этюды. <u>Занятие 68.</u>	<u>Занятие 69.</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию. <u>Занятие 70.</u>	<u>Занятие 71.</u> Диагн. уровня муз.–двиг. способностей детей. <u>Занятие 72-74</u>

	Танцевальные этюды	Танцевальные этюды.	Итоговое контрольное занятие.	Диагн. уровня муз. - двиг. способностей детей.
--	--------------------	---------------------	-------------------------------	--

Старшая группа (дети от 5 до 6 лет)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> <i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</i>	<u>Занятие 3.(к.т.)</u> <i>Повторение 1и2 года обучения.</i> Положения и движения ног.	<u>Занятие 5.(к.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.	<u>Занятие 7.(к.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - квадрат А.Я.Вагановой; <i>Положения и движения ног:</i> - saute по 1,2,6 позиции по точкам зала.
	<u>Занятие 2.</u> <i>Повторение 1и 2 года обучения.</i> Упражнения на ориентировку в пространстве.	<u>Занятие 4.(к.т.)</u> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения рук.	<u>Занятие 6.(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> -позиции ног (выворотные); - releve по 1,2,3 позициям.	<u>Занятие 8.(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - sette в повороте (по точкам зала).
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 9. (к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы.	<u>Занятие 11.(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.	<u>Занятие 13.(к.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i>	<u>Занятие 15.(к.т.)</u> <i>Сюжетный танец .</i>
	<u>Занятие 10.(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в	<u>Занятие 12.(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie с одновременной работой рук.	<u>Занятие 14. (к.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i>	<u>Занятие 16.(к.т.)</u> <i>Сюжетный танец.</i>

	медленном темпе.			
Н О Я Б Р Ь	<u>Занятие 17.(н.т.)</u> <i>Повторение 1и2 года обучения.</i> Положения и движения ног. <u>Занятие 18.(н.т.)</u> <i>Повторение 1и2 года обучения.</i> Положения и движения рук.	<u>Занятие 19. (н.т.)</u> <i>Повторение 1и2 года обучения.</i> Положения и движения ног. <u>Занятие 20.(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - положение рук на поясе – кулачком; - смена ладони на кулачок.	<u>Занятие 21.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - шаг с каблук в народном характере; - простой шаг с притопом. <u>Занятие 22.(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).	<u>Занятие 23.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта). <u>Занятие 24.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).
Д Е К А Б Р Ь	<u>Занятие 25.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plie. <u>Занятие 26.(н.т.)</u> <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.	<u>Занятие 27.(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - «приглашение». <i>Движения ног:</i> - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу. <u>Занятие 28.(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка».	<u>Занятие 29.(н.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i> - «лодочка» (поворот под руку). <u>Занятие 30.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад.	<u>Занятие 31.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - простой дробный ход (с работой рук и без). <u>Занятие 32.(н.т.)</u> <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).
Я Н	<u>Занятие 33.(н.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i>	<u>Занятие 35.(н.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i>	<u>Занятие 37.(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в</i>	<u>Занятие 39.(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация,</i>

В А Р Ь	- «под ручки» (лицом друг к другу). Движения ног: - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположным и руками. Занятие 34.(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.	- сзади за талию (по парам, тройкам). Движения ног: - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию). Занятие 36.(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - диагональ.	пространстве: - «змейка»; - «ручеек». Занятие 38(н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.	построенная на шагах народного танца. Занятие 40.(н.т.) Движения ног: - прыжки с поджатыми ногами.
Ф Е В Р А Л Ь	Занятие 41.(н.т.) Движения ног: - «шаркающий шаг». Занятие 42.(н.т.) Движения ног: - «елочка»; (мальчики): - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).	Занятие 43.(н.т.) Движения ног: - «гармошка»; (девочки): - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями). Занятие 44.(н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; (девочки): - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».	Занятие 45.(н.т.) Движения ног: - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад. Занятие 46.(н.т.) Движения ног: (мальчики): - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); (девочки): - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».	Занятие 47.(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «звездочка». Занятие 48.(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: -- «корзиночка».
М А Р Т	Занятие 49.(н.т.) Движения ног: - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции.	Занятие 51.(н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.	Занятие 53.(н.т.) «Кадриль».	Занятие 55.(б.т.) Постановка корпуса, головы, рук и ног. Движения ног: - шаги: бытовой и танцевальный.

	<u>Занятие 50.(н.т.)</u> Движения ног: - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.	<u>Занятие 52.(н.т.)</u> Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.	<u>Занятие 54.(н.т.)</u> «Кадриль».	<u>Занятие 56.(б.т.)</u> Движения ног: - поклон, реверанс.
А П Р Е Л Ь	<u>Занятие 57.(б.т.)</u> Движения ног: -«боковой галоп» простой (по кругу). <u>Занятие 58.(б.т.)</u> Движения ног: - «боковой галоп» с притопом (по линиям).	<u>Занятие 59.(б.т.)</u> Движения ног: - «пике» (одинарный) в прыжке. <u>Занятие 60.(б.т.)</u> Движения ног: - «пике» (двойной) в прыжке.	<u>Занятие 61.(б.т.)</u> Положения рук в паре:- основная позиция. Движения ног: - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед. <u>Занятие 62.(б.т.)</u> Движения в паре: - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика.	<u>Занятие 63.(б.т.)</u> Движения в паре: - «боковой галоп» вправо, влево. <u>Занятие 64.(б.т.)</u> Движения в паре: - легкое покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам.
М А Й	<u>Занятие 65.(б.т.)</u> Движения ног: - боковой подъемный шаг. <u>Занятие 66.(б.т.)</u> Положения рук в паре: - «корзиночка».	<u>Занятие 67.(б.т.)</u> Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца. <u>Занятие 68.(б.т.)</u> Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.	<u>Занятие 69.</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию. <u>Занятие 70.</u> Итоговое контрольное занятие.	<u>Занятие 71.</u> Диагностика уровня музыкально- двигательных способностей детей. <u>Занятие 72-74.</u> Диагностика уровня музыкально- двигательных способностей детей.

Подготовительная группа (дети от 6 до 7 лет)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> Диагностика уровня музыкально- двигательных способностей детей на начало	<u>Занятие 3.</u> Повторение 3 года обучения. Классический танец (положения и движения ног).	<u>Занятие 5. (к.т.)</u> Движения ног: - releve.	<u>Занятие 7. (к.т.)</u> Движения ног: - battement tendu.

	<i>года.</i> <u>Занятие 2.</u> <i>Повторение 3</i> <i>года обучения.</i> Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук)	<u>Занятие 4.(к.т.)</u> <i>Движения рук:</i> - port de bras.	<u>Занятие 6.(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - demi – plie.	<u>Занятие 8.(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - passé.
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 9.</u> <i>Повторение 3</i> <i>года обучения.</i> Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре). <u>Занятие 10.</u> <i>Повторение 3</i> <i>года обучения.</i> Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).	<u>Занятие 11.</u> <i>Повторение 3</i> <i>года обучения.</i> Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве). <u>Занятие 12.(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое.	<u>Занятие 13.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поклон в русском характере. <u>Занятие 14. (н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг.	<u>Занятие 15.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с остановкой ноги сзади. <u>Занятие 16.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.
Н О Я Б Р Ь	<u>Занятие 17.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - переменный ход вперед, назад. <u>Занятие 18.(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; <u>(девочки):</u> - взмахи платочком.	<u>Занятие 19.(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца»; - «карусель». <u>Занятие 20.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - боковое «припадание» по 3 позиции.	<u>Занятие 21.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «припадание» в повороте. <u>Занятие 22.(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок по бедру, по голени.	<u>Занятие 23.(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i> <u>Занятие 24.(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i>
Д Е К А Б Р Ь	<u>Занятие 25.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - кадрильный шаг с каблука. <u>Занятие 26.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг	<u>Занятие 27.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (полупальцами по полу). <u>Занятие 28.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - пружинящий	<u>Занятие 29.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук). <u>Занятие 30.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> -«ковырялочка» с	<u>Занятие 31.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте. <u>Занятие 32.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - перескоки с ноги

	(каблуком по полу).	шаг.	подскоком.	на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.
Я Н В А Р Ь	<u>Занятие 33. (н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте. <u>Занятие 34.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.	<u>Занятие 35.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - подготовка к «веревочке». <u>Занятие 36.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «веревочка».	<u>Занятие 37.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - прыжок с поджатыми; (мальчики): - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком). <u>Занятие 38.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> (мальчики): - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»). <i>Движения в паре:</i> - соскок на две ноги лицом друг другу.	<u>Занятие 39. (н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку по кругу; (мальчики): -присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу. <u>Занятие 40.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку в повороте; (мальчики): - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.
Ф Е В Р А Л Ь	<u>Занятие 41.(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца». <i>Движения ног:</i> (мальчики): - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад. <u>Занятие 42.(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> (девочки): - вращение на полупальцах; (мальчики): - «гусиный шаг».	<u>Занятие 43.(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «карусель». <i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</i> <u>Занятие 44.(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</i>	<u>Занятие 45.</u> <i>«Русская плясовая».</i> <u>Занятие 46.</u> <i>«Русская плясовая».</i>	<u>Занятие 47.</u> <i>Повтор 3 года обучения.</i> Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре). <u>Занятие 48.(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - раг польки (по одному); - раг польки (по парам).
М А Р	<u>Занятие 49.(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i>	<u>Занятие 51.(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i>	<u>Занятие 53.(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация,</i>	<u>Занятие 55.(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Вальс:</i>

Т	- «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте. <u>Занятие 50.(б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Полька:</u> - раг польки в сочетании с «подскоками».	- «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад). <u>Занятие 52..(б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Полька:</u> - прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.	<u>основанная на движениях бального танца («Полька»).</u> <u>Занятие 54.(б.т.)</u> <u>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</u>	- раг вальса (по одному, по парам). <u>Занятие 56.(б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Вальс:</u> - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад).
А П Р Е Л Ь	<u>Занятие 57.(б.т.)</u> <u>Движения в паре:</u> - 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). <u>Занятие 58.(б.т.)</u> <u>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»).</u>	<u>Занятие 59.(б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Полонез:</u> - раг полонеза; - раг полонеза (в парах, по кругу). <u>Занятие 60.(б.т.)</u> <u>Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»).</u>	<u>Занятие 61.(б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Рок-н-ролл:</u> - основное движение «Рок-н-ролл». <u>Занятие 62.(б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Рок-н-ролл:</u> -прыжки в стороны «гармошка»	<u>Занятие 63. (б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Рок-н-ролл:</u> - шаги в сторону «буратино». Хореографические миниатюры на тему «Путешествие в мир природы» <u>Занятие 64.(б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Рок-н-ролл :</u> - хоппы «танцующие петушки».
М А Й	<u>Занятие 65.(б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Рок-н-ролл:</u> - буги вперед-назад «лесенка». <u>Занятие 66.(б.т.)</u> <u>Движения ног:</u> <u>Рок-н-ролл:</u> -пяточки, большие пяточки «щагаем через лужу».	<u>Занятие 67.</u> <u>«Рок-н-ролл».</u> <u>Занятие 68.</u> <u>«Рок-н-ролл».</u>	<u>Занятие 69.</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию. <u>Занятие 70.</u> Итоговое контрольное занятие.	<u>Занятие 71.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей. <u>Занятие 72-74.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

РАЗДЕЛ 3 ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1.Описание материально-технического обеспечения

Технические средства обучения (звуковые):

- ☐ музыкальный центр;
- ☐ телевизор;
- ☐ электронное пианино;
- ☐ микрофон;
- ☐ музыкальная колонка;
- ☐ ноутбук.

Пособия и атрибуты:

- ☐ учебно-наглядные пособия;
- ☐ детские музыкальные инструменты: палочки, металлофоны, бубны, колокольчики и др. музыкальные инструменты;
- ☐ нотное приложение;
- ☐ разнообразная атрибутика - платочки, косынки, шляпы, ленты (0,5 –1,2 метра),
- ☐ цветы, листья;
- ☐ корзинки, мячи, обручи, палки, игрушки;
- ☐ маски-атрибуты зайчиков, лисички, муляжи овощей, фруктов, картинки разнообразные.
- ☐ костюмы для выступлений, атрибуты;
- ☐ просмотр видеозаписей с методическим материалом;
- ☐ использование различных дисков с записями музыкальных произведений;
- ☐ использование дидактических пособий (фотографий, картинок, игрушек и др.);
- ☐ атрибуты для танцевальных композиций;
- ☐ создание предметно развивающей среды способствующей всестороннему развитию ребенка (яркие костюмы, красочные декорации зала и т.д.).

3.2.Обеспеченность методическим материалом и средствами обучения

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - СПб: Просвещение, 1996.
2. Бриске И.Э. Мир танца для обучающихся. - Челябинск, 2005.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
4. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. - М.: Айрис-пресс, 2006.
5. Захаров В.М. Радуга русского танца. - М.: Вита, 1986.
6. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у обучающихся. - СПб.: Композитор, 2005.
7. Константинова А.И. Игровой стретчинг. - СПб.: Вита, 1993.
8. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. - СПб: Просвещение, 1994.
9. Майстрова, Л.Ф. Воспитание эмоционально-ценностного отношения к природе у обучающихся младшего возраста средствами хореографии //Интернет: <<http://www.ecohoreograf.narod.ru> >
10. Майстрова, Л.Ф. Инстинктивное проявление радости довести до искусства (экокреативность ребенка в танце) /Л.Ф. Майстрова //Искусство в школе. –2005. –№ 4.

11. Майстрова, Л.Ф. Пластические этюды по мотивам природы /Л.Ф. Майстрова // Экологический практикум / под редакцией Н.С. Дежниковой, И.В. Цветковой. - М.: Педагогическое общество России, 2001.
12. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. - СПб: Искусство, 1993.
13. Пуртова Т.В. и др. Учите обучающихся танцевать: Учебное пособие - М.: Владос, 2003
14. Скрипниченко Чудо-ритмика. Программа по хореографии для обучающихся 4,5-6,5 лет, Соликамск, 2010.
15. Слущкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка-Пресс, 2006.
16. Уральская В.И. Рождение танца. - М.: Вартус, 1982.
17. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для обучающихся. - СПб.: Детство-пресс, 2006.

3.3. Расписание занятий

Содержание дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «Основы хореографии» реализуется в течение учебного года в зависимости от количества часов, полагающихся на реализацию каждого раздела дополнительной общеобразовательной программы.

Язык обучения - русский.

Форма обучения-очная.

С учетом пожеланий учащихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся и возрастных особенностей учащихся, для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха учащихся, реализация дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности по курсу «Основы хореографии» осуществляется во второй половине дня два раза в неделю после дневного сна согласно расписанию занятий.

Продолжительность занятий составляет:

3-4 лет - не более 15 мин.;

4-5 лет - не более 20 мин.;

5-6 лет - не более 25 мин.;

6-7 лет не более 30 мин.

Занятия проводятся подгруппами по 15 человек.

Перерывы между занятиями - 10 минут.

3.4. Учебный план по реализации дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «Основы хореографии»

Наименование дополнительной общеразвивающей программы	Возрастная категория детей	Количество занятий			Продолжительность занятий (мин)	Форма оказания услуг
		неделя	месяц	год		
Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Основы хореографии»	3-4 года	2	8	72	15 мин	Групповая
	4-5 лет	2	8	72	20 мин	Групповая
	5-6 лет	2	8	72	25 мин	Групповая
	6-7 лет	2	8	72	30 мин	Групповая

