

ПРИНЯТО
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ «Детский сад №165»
протокол от
«30» августа 2016 г. № 1



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №165»
от «30» августа 2016 г. № 69

02-07

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Обучение хореографии»
для детей дошкольного возраста (от 3 до 7 лет)
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №165»
общеразвивающего вида

Разработчик:
Пестова А.И., художественный руководитель

Барнаул

Оглавление

| | |
|---|-----------|
| 1. Целевой раздел | 3 |
| 1.1. Пояснительная записка | 3 |
| 1.2. Цели и задачи реализации программы | 4 |
| 1.3. Принципы и подходы к формированию программы | 5 |
| 1.4. Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения воспитанниками программы | 6 |
| 2. Содержательный раздел | 8 |
| 2.1. Обучение хореографии и развитие личности воспитанников внутри образовательных областей | 8 |
| 2.2. Возрастные и индивидуальные особенности детей от 3 до 7 лет в области обучения хореографии | 9 |
| 2.3. Особенности взаимодействия с родителями воспитанников в процессе обучения хореографии | 11 |
| 2.4. Календарно-тематический план для обучения детей 3-4 лет | 12 |
| 2.5. Календарно-тематический план для обучения детей 4-5 лет | 13 |
| 2.6. Календарно-тематический план для обучения детей 5-6 лет | 15 |
| 2.7. Календарно-тематический план для обучения детей 6-7 лет | 16 |
| 3. Организационный раздел | 18 |
| 3.1. Материально-техническое обеспечение программы | 18 |
| 3.2. Литература | 19 |
| 4. Приложения | 20 |

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст - один из наиболее важных периодов в жизни каждого человека. В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Основой обучения хореографии является музыка, а танцевальные движения и танец в целом используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Одной из распространенных проблем настоящего времени является оптимизация развития опорно-двигательного аппарата ребенка, формирование правильной осанки дошкольников. Занятия по обучению хореографии совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Занятия дают организму физическую нагрузку и побуждают воспитанника к достижению успеха. Используемые движения, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Весь процесс физического напряжения проходит на фоне специально подобранного музыкального материала, который стимулирует воспитанников на двигательную активность, вызывая желание многократно повторять движения под музыку.

Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста. Так же на создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Программа включает:

- Целевой раздел. Включает пояснительную записку, цели и задачи реализации программы, основные принципы и подходы к формированию программы, планируемые результаты как целевые ориентиры освоения воспитанниками программы.

- Содержательный раздел. Включает рассмотрение образовательной деятельности по обучению хореографии в соответствии с образовательными областями, представленными в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования. Так же приводится описание возрастных и индивидуальных особенности детей от 3 до 7 лет в области обучения хореографии, особенности взаимодействия с родителями воспитанников и календарно-тематические планы для обучения детей хореографии соответственно возрастным категориям: 3-4 года, 4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет.

- Организационный раздел. Включает описание материально-технического обеспечения программы.

- Приложение. Включает развернутый календарно-тематический план с описанием содержания учебных тем.

1.2. Цели и задачи реализации программы.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования. Ориентирована на работу с детьми дошкольного возраста, независимо от наличия у них специальных хореографических данных. Программа призвана воспитывать хореографическую культуру и прививать начальные навыки в искусстве танца.

Цели программы:

- Образовательная цель программы: познакомить воспитанников с миром хореографического искусства, его основными видами и терминами.
- Развивающая цель программы: содействовать всестороннему развитию личности дошкольника средствами хореографии под музыкальный аккомпанемент, создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения для укрепления здоровья ребенка, его физического и художественно-эстетического развития.
- Воспитательная цель программы: формирование у детей любви к искусству музыки и танца, трудолюбия и чувства товарищества, целеустремленности в достижении поставленной цели, инициативы и уверенности в себе, даже если воспитанник не обладает выдающимися хореографическими данными.

Задачи программы:

- Укрепление здоровья: формирование правильной осанки, развитие опорно-двигательного аппарата, профилактика плоскостопия, совершенствование работы органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма;
- Совершенствование психомоторных способностей дошкольников: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые

качества, координационные способности; содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой, развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- Развитие творческих способностей: развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор, формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку, воспитывать умение эмоционального выражения движений под музыку, воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи.
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей.

При распределении образовательных этапов программы по годам обучения учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности каждой группы, физические возможности и психологические особенности детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.

Специфика обучения хореографии детей дошкольного возраста состоит в том, что образовательный процесс идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу, переводя его на более высокий уровень, на новом более насыщенном музыкальном материале с учетом возрастных особенностей воспитанников.

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

1. Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка, его личности.
2. Принцип единства воспитательных, развивающих и образовательных целей, в процессе реализации которых учитываются интересы и способности воспитанников.
3. Принцип научной обоснованности и практической применимости.
4. Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Этот принцип дает возможность развивать в единстве эмоциональную, познавательную и практическую сферы личности ребенка.
5. Принцип гуманизации – признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка.
6. Комплексно-тематический подход к построению образовательного процесса.
7. Системный подход формирования программы, в которой все компоненты взаимосвязаны и взаимозависимы.
8. Подход «от простого к сложному», который пронизывает все структурные части занятий во всех возрастных группах.

1.4. Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения воспитанниками программы

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы по обучению хореографии после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты:

| Год обучения | Характеристики возможных достижений воспитанников: |
|---------------------|--|
| Первый | <ul style="list-style-type: none">- имеет первоначальные представления о специфических особенностях занятий по хореографии: зачем нужна форма на занятии, поклон и др.;- понимает, что такое танец, танцевальное движение, вступление в музыку;- с интересом наблюдает за движениями педагога и старается подражать им;- стремится выразительно исполнять элементарные танцевальные движения, координировать свои движения во время танца, передавать в движении характер музыки, персонажей из песен;- интересуется атрибутами. |
| Второй | <ul style="list-style-type: none">- имеет представление об основных правилах группового танца;- понимает основные понятия: хореографическое искусство, артист балета, хореограф, синхронность, комбинация;- ориентируется в основных композиционных построениях: круг, линия, колонна;- ориентируется в сценическом пространстве, выполняя элементарные композиционные перестроения по ходу танца;- ребенок стремится исполнять танцевальные движения синхронно, эмоционально выражать характер музыки или конкретного героя в танце. |
| Третий | <ul style="list-style-type: none">- понимает основные понятия: экзерсис, партер, композиция, сюжет, парный танец, ритм;- интересуется основными направлениями хореографического искусства;- ориентируется в основных композиционных построениях: диагональ, змейка, улитка, разноброс;- ориентируется в композиции танца, перестраиваясь и выполняя танцевальные движения;- стремится согласовывать танцевальные движения в парном танце;- имеет представление об основных позициях ног и рук, ориентируется в них;- с интересом выполняет движения вместе со всей группой, старается танцевать синхронно, четко, под заданный музыкой |

| | |
|-------------------------|--|
| | <p>ритм, координировать одновременно движения рук, ног и корпуса;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявляет ярко выраженный интерес к самостоятельному исполнению танцевальных движений и комбинаций. |
| <p>Четвертый</p> | <ul style="list-style-type: none"> - понимает основные понятия: исполнительское мастерство, современный танец и его направления, выразительность, постановка корпуса в классическом и современном танцах; - запоминает названия новых хореографических элементов, движений и связок, использует их в общении с педагогом и другими воспитанниками группы; - чувствует динамические оттенки в музыке и с интересом передает их в движении; - стремится выразительно исполнять изученные движения и танцы в целом, исполнять хореографические движения в ускоренном темпе, самостоятельно; - испытывает интерес к свободной импровизации в танце; - у ребенка развито умение ориентироваться в пространстве, чувствуя при этом движение всей группы. |

2. Содержательный раздел.

2.1. Обучение хореографии и развитие личности воспитанников внутри образовательных областей

- Социально-коммуникативное развитие.

Занятия по хореографии, в первую очередь, начинаются с сотрудничества педагога и воспитанника, через которое происходит формирование эмоциональной отзывчивости, сопереживания и готовности к совместной деятельности со сверстниками. Занятия способствуют воспитанию трудолюбия и готовности к творческой активности в группе. У воспитанника развиваются коммуникативные особенности через общение в паре, группе, коллективе, позитивное взаимодействие с другими детьми через единение музыки и движения. Через занятия хореографией происходит формирование гендерной принадлежности, патриотических чувств, семейных ценностей. Во время выступлений на утренниках происходит коммуникация со зрителем, дети через танец осмысленно рассказывают родителям истории с помощью средств хореографии.

- Познавательное развитие.

Расширение кругозора детей в области хореографического искусства, понимание и применение на практике специальных терминов. Формирование целостной картины по видам хореографического искусства, основным направлениям классического и современного танца, взаимодействию музыки и танца. Осознание пользы выполнения тех или иных хореографических движений и занятий в целом, а так же основ безопасности жизнедеятельности непосредственно в области движения и танца.

- Речевое развитие.

Развитие свободного общения с детьми и взрослыми в области хореографии, обогащение словаря художественно-эстетических эмоций. Формирование понимания (восприятия) и запоминания на слух текстового сопровождения песен, используемых на занятиях и в постановках танцевальных номеров.

- Художественно-эстетическое развитие.

В формировании эстетической и художественной культуры личности воспитанника хореографическое искусство является важнейшим аспектом эстетического воспитания. Творческая личность - важнейшая цель, как всего процесса обучения хореографии, так и эстетического воспитания. На занятиях по хореографии происходит развитие интереса и потребности у воспитанников в общении с искусством танца, понимание его языка, любовь и хороший вкус к нему. Развивается мышление, воображение, расширяется кругозор. Использование средств хореографии позволяет углубить эмоциональное восприятие как классических, так и современных музыкальных и художественных произведений.

- Физическое развитие.

На занятиях по обучению хореографии происходит укрепление физического и психического здоровья детей, формирование представлений о здоровом образе жизни, пользе движения под музыку. Танцевальные движения способствуют оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, развивают мышечную силу, гибкость, выносливость, координационные способности.

2.2. Возрастные и индивидуальные особенности детей от 3 до 7 лет в области обучения хореографии

Знание возрастных особенностей детей даёт возможность находить более эффективные способы управления психическими процессами ребёнка, в том числе и в процессе обучения хореографии.

В дошкольном детстве ребёнок проявляет большое стремление к самостоятельности, к разнообразным действиям и видам деятельности. У детей появляются музыкальные интересы, иногда к какому-то из видов музыкальной деятельности или к отдельному музыкальному произведению. В это время происходит становление всех основных видов музыкальной деятельности: восприятие музыки, пение, музыкально-ритмическое движение. В дошкольном периоде дети различных возрастов значительно отличаются по своему развитию. Поэтому в дошкольный период обучения хореографии дети делятся на группы в соответствии с возрастом воспитанников: от 3 до 4 лет, от 4 до 5 лет, от 5 до 6 лет, от 6 до 7 лет. Рассмотрим их особенности.

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет

Дети 3-4 лет находятся в переходном периоде — от раннего детства к дошкольному. Еще сохраняются черты, характерные для предыдущего возрастного периода, но уже происходит переход от наглядно-действенного мышления к наглядно-образному, укрепляется организм, улучшаются функции мышечно-двигательного аппарата. У детей появляется желание танцевать и активно действовать. Умение выполнять несложные движения под музыку даёт ребёнку возможность более самостоятельно двигаться, выполнять элементарные танцевальные движения, что доставляет им большую радость. Возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие танцевальных движений пока невелики. На занятиях с детьми от 3 до 4 лет педагог принимает активное участие, находясь в непосредственной близости от детей и вместе с ними, как в танцах, так и в упражнениях. Нередко даже выступления на мероприятиях не обходятся без участия педагога в танцевальном номере. Это стимулирует и поддерживает детей, способствует снятию напряжения и стеснения.

Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет

Дети 4-5 лет проявляют большую самостоятельность и активную любознательность. Это период вопросов. Ребенок начинает осмысливать связь между явлениями, событиями, делать простейшие обобщения, в том числе и по отношению к музыке. Значительно укрепляется двигательный аппарат. Освоение основных видов движений (бег, танцевальные шаги, движения рук и др.) в процессе обучения хореографии дает возможность шире их использовать в подготовке танцевальных постановок. Дети способны запомнить последовательность движений, прислушиваясь к музыке, запоминая наизусть текст песни. Педагог продолжает принимать активное участие непосредственно во всех частях занятия, постепенно приучая детей самостоятельно танцевать и выполнять упражнения. Главное в этот период стремление детей к самостоятельности в танцах оформить свободным исполнением движений, выразительной подачей движения. Очень актуален в этом возрасте танец с предметом, танец в паре – такие виды танцев позволяют ребенку более свободно чувствовать себя на сцене, снимать эмоциональное напряжение во время выступления.

Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет

Дети 5-6 лет способны выделять и сравнивать признаки отдельных явлений, в том числе и в области хореографии, устанавливать между ними связи. В этом возрасте ребенок не только предпочитает тот или иной вид танца, но и избирательно относится к предлагаемому репертуару, так же способен испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. У воспитанников появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа. Дети этого возраста проявляют в движении ловкость, быстроту, умение двигаться и ориентироваться в пространстве, в коллективе. Больше внимания обращают на звучание музыки, лучше согласовывают движения с ее характером, формой, динамикой. Укрепляются эмоциональные связи с педагогом, танцевальные движения и комбинации требуют показа лишь на этапе разучивания, композиционные перестроения во время танца выполняются с участием педагога так же лишь на подготовительном этапе. Используется наглядный материал: картинки с изображением фигур композиции, картинки с изображениями различных предметов, животных и др. для импровизационных игр и заданий.

Возрастные особенности детей от 6 до 7 лет

Дети 6-7 лет воспитываются в подготовительной к школе группе. Развиваются умственные способности детей, обогащается их мышление. Физическое развитие совершенствуется в различных направлениях и, прежде всего, выражается в овладении основными видами танцевальных движений, в их скоординированности. Возникает еще большая возможность использовать движение как средство и способ развития музыкального восприятия, выражения себя средствами хореографии. Пользуясь танцевальным движением, воспитанник стремится проявить себя творчески, часто предлагая свое видение исполнения танцевальной постановки. В этом возрасте ребенок-дошкольник

достигает кульминации в развитии двигательной активности, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает желание и способность к исполнению разнообразных и сложных по координации танцевальных движений. Выступления перед зрителями становятся достаточно выразительными, движения четкими, а групповая работа слаженной и уверенной. Педагог сотрудничает с детьми, побуждая их проявлять себя творчески, стимулируя их к придумыванию собственных движений, комбинаций, сюжетов для танцев.

2.3. Особенности взаимодействия с родителями воспитанников в процессе обучения хореографии

Работа с родителями воспитанников в процессе обучения хореографии проходит поэтапно. На первом этапе, подготовительном, проводится анкетирование с целью выявления заинтересованности родителей на получение дополнительной образовательной услуги по программе «Обучение хореографии» и возможностей сотрудничества по данному направлению.

Затем проводится родительское собрание с целью непосредственного вовлечения родителей в процесс обучения хореографии детей, проходит обсуждение необходимых условий и возможностей для осуществления образовательной деятельности:

- обсуждение с родителями детей вопросов, связанных с реализацией программы, основных целей программы;
- создание условий для обучения: какая будет форма, необходимые атрибуты, участие в подготовке оформления танцевальных номеров;
- взаимодействие с семьей: возможное участие родителей или родственников в танцевальной деятельности, выступлениях, открытых занятиях;
- организационные моменты: расписание, оплата, структура занятий.

После формирования групп и утверждения расписания, устанавливаются информационные материалы в группах. Это могут быть папки-передвижки, где располагается информация о расписании, оплате, полезные тематические материалы для родителей воспитанников.

В течение учебного года по запросам родителей оказываются консультации, информационная поддержка по вопросам индивидуальных достижений воспитанников, их индивидуального творческого развития.

Открытые занятия проводятся с приглашением родителей, а так же с непосредственным их участием. Так же поощряется и стимулируется желание ребенка выступить перед зрителями в домашних условиях.

2.4. Календарно-тематический план для обучения детей 3-4 лет

| № п/п | Учебная тема | Месяц | Кол-во учебных часов |
|-------|---|---------------------------|-------------------------|
| 1 | Формирование групп по возрасту детей. Собрание родителей: расписание, форма для занятий, цели и задачи программы. | октябрь | |
| 2 | Знакомство с детьми, вводная беседа, изучение танцевального поклона. | | 2 |
| 3 | Упражнения для выработки правильной постановки корпуса. | | 2 |
| 4 | Упражнения для стоп | | 2 |
| 5 | Танцы для малышей | | 2 |
| | Итого | | 8 |
| 6 | Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела. | Ноябрь Декабрь | 2 |
| 7 | Танцевальные образы: осенние листочки, кузнечики, листопад (по 2 на каждом занятии) | | 2 |
| 8 | Танцевальные игры: «Найди свое место», «Иголочка-ниточка». | | В течение всего периода |
| 9 | Танцы для малышей | | 5 |
| 10 | Основные танцевальные движения: бег «горошек», марш, приставной шаг, прыжки на двух ногах. | | 4 |
| 11 | Соединение движений в небольшие танцевальные композиции | | 2 |
| 12 | Творческий отчет в форме открытого занятия. | | 1 |
| | Итого | | 16 |
| 1 | Танцуем как артисты. | Январь Февраль Март | 4 |
| 2 | Повторение основных танцевальных упражнений и танцевальных движений. | | В течение всего периода |
| 3 | Танцы для малышей. | | 12 |
| 4 | Танцевальные образы: в лесу, вороны, птичка-невеличка (по 2 на каждом занятии) | | 4 |
| 5 | Танцевальные игры: «Найди свое место», «Иголочка-ниточка». | | В течение всего периода |
| 6 | Основные танцевальные движения: шаг с натянутого носка, шаг в полуприседе с прямой осанкой, движения с предметом, легкий бег, боковой галоп и др. | | 4 |

| | | | |
|---|--|---------------|-------------------------|
| | Итого | | 24 |
| 1 | Танцевальные образы: повторение уже изученных образов по 2 на каждом занятии | Апрель Май | В течение всего периода |
| 2 | Танцы для малышей. | | 7 |
| 3 | Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений. | | 4 |
| 4 | Подготовка к итоговому отчетному мероприятию | | 4 |
| 5 | Творческий отчет в форме открытого занятия | | 1 |
| | Итого | | 16 |
| | Итого за учебный год | | 64 |

2.5. Календарно-тематический план для обучения детей 4-5 лет

| № п/п | Учебная тема | Месяц | Кол-во учебных часов |
|-------|---|-------------------|-------------------------|
| 1 | Формирование групп по возрасту детей. Собрание родителей: расписание, форма для занятий, цели и задачи программы. | октябрь | |
| 2 | Знакомство с детьми, вводная беседа, изучение танцевального поклона, основы разминки. | | 2 |
| 3 | Упражнения для выработки правильной постановки корпуса | | 2 |
| 4 | Упражнения для стоп | | 2 |
| 5 | Элементарный стретчинг | | 2 |
| | Итого | | 8 |
| 6 | Элементарные упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе. | Ноябрь Декабрь | 2 |
| 7 | Танцевальные образы: часики, силач, лошадки, солнышко, утята, чебурашка, волна, ванька-встанька (по 2 на каждом занятии) | | 4 |
| 8 | Танцевальные игры: «Тихо-громко», «Иголочка-ниточка», «Зеркало». | | В течение всего периода |
| 9 | Закрепление изучения порядка и качества движений в разминке | | 2 |
| 10 | Основные танцевальные движения: шаг с высоким поднятием бедра, шаг на полупальцах, бег на полупальцах, бег с высоким поднятием бедра, приставной шаг. | | 5 |

| | | | |
|----|--|-------------------|-------------------------|
| 11 | Соединение движений в небольшие танцевальные композиции | | 2 |
| 12 | Творческий отчет в форме открытого занятия. | | 1 |
| | Итого | | 16 |
| 1 | Основные движения детского танца с предметом. | Январь Февраль | 4 |
| 2 | Повторение основных тренировочных упражнений (осанка, стопы, мышцы, суставы, стретчинг) | Март | В течение всего периода |
| 3 | Постановка двух полноценных танцевальных номеров | | 12 |
| 4 | Танцевальные образы: воробышки, мишка косолапый, лебедь, цветочек, елка балерина, слонята, клоуны и повтор уже знакомых (по 2 на каждом занятии) | | 4 |
| 5 | Танцевальные игры: «Магазин игрушек», «Усни-трава», «Найди свое место», «Создай образ», «Море волнуется». | | В течение всего периода |
| 6 | Основные танцевальные движения: шаг с натянутого носка, шаг в полуприседе с прямой осанкой, движения с предметом, легкий бег, боковой галоп и др. | | 3 |
| 7 | Сюжетное занятие «Конкурс танцев» | | 1 |
| | Итого | | 24 |
| 1 | Танцевальные образы: повторение уже изученных образов по 2 на каждом занятии | Апрель Май | В течение всего периода |
| 2 | Танцевальные игры: «Танцевальное эхо», «Погода», «Ай, да я!» и повтор предыдущих. | | В течение всего периода |
| 3 | Элементарные движения в паре | | 1 |
| 4 | Постановка парного танца | | 6 |
| 5 | Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, а также увеличение скорости выполнения движений. | | 4 |
| 6 | Подготовка к итоговому отчетному мероприятию | | 4 |
| 7 | Творческий отчет в форме открытого занятия | | 1 |
| | Итого | | 16 |
| | Итого за учебный год | | 64 |

2.6. Календарно-тематический план для обучения детей 5-6 лет

| № п/п | Учебная тема | Месяц | Кол-во учебных часов |
|-------|---|---------------------------|-------------------------|
| 1 | Формирование групп по возрасту детей. Собрание родителей: расписание, форма для занятий, цели и задачи программы. | октябрь | |
| 2 | Знакомство с детьми, вводная беседа, изучение танцевального поклона, основы разминки. | | 2 |
| 3 | Упражнения для выработки правильной постановки корпуса | | 2 |
| 4 | Упражнения для стоп | | 2 |
| 5 | Стречинг | | 2 |
| | Итого | | 8 |
| 6 | Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе. | Ноябрь Декабрь | 2 |
| 7 | Танцевальные образы: загораем, насос, грибочки, всадник, цветочек, часики, утята, лошадки (по 2 на каждом занятии) | | 4 |
| 8 | Танцевальные игры: «Найди предмет», «Тихо-громко», «Зеркало», «Музыкальное настроение». | | В течение всего периода |
| 9 | Усложнение движений разминки, закрепление. | | 2 |
| 10 | Основные танцевальные движения: шаг с высоким поднятием бедра, шаг на полупальцах, переменный шаг, бег на полупальцах, бег с высоким поднятием бедра, подскоки. | | 5 |
| 11 | Соединение движений в танцевальные композиции по характеру музыки. | | 2 |
| 12 | Творческий отчет в форме открытого занятия. | | 1 |
| | Итого | | 16 |
| 1 | Основные движения современного детского танца под музыку группы «Барбарики». | Январь Февраль Март | 4 |
| 2 | Повторение основных тренировочных упражнений (осанка, стопы, мышцы, суставы, стречинг) | | В течение всего периода |
| 3 | Постановка двух полноценных танцевальных номеров | | 12 |
| 4 | Танцевальные образы: клоуны, мостик, гуляем в лесу, дирижер, аленький цветочек, волна, коробочка, винтик (по 2 на каждом занятии) | | 4 |

| | | | |
|---|--|---------------|-------------------------|
| 5 | Танцевальные игры: «Гонка мяча по кругу», «Танцевальное эхо», «Автомобили», «Создай образ», «Гулливвер и лиллипуты». | | В течение всего периода |
| 6 | Основные танцевальные движения: приставной шаг вперед-назад и вправо-влево, добавление к простым шагам движений рук. | | 3 |
| 7 | Сюжетное занятие «Танцевальный праздник» | | 1 |
| | Итого | | 24 |
| 1 | Танцевальные образы: повторение уже изученных образов по 2 на каждом занятии | Апрель Май | В течение всего периода |
| 2 | Танцевальные игры: «Погода», «Ай, да я!» и повтор предыдущих. | | В течение всего периода |
| 3 | Выход на сцену и уход за кулисы | | 1 |
| 4 | Постановка современного танца | | 6 |
| 5 | Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, увеличение скорости выполнения движений. | | 4 |
| 6 | Подготовка к итоговому отчетному мероприятию | | 4 |
| 7 | Творческий отчет в форме открытого занятия | | 1 |
| | Итого | | 16 |
| | Итого за учебный год | | 64 |

2.7. Календарно-тематический план для обучения детей 6-7 лет

| № п/п | Учебная тема | Месяц | Кол-во учебных часов |
|-------|---|-------------------|----------------------|
| 1 | Формирование групп по возрасту детей. Собрание родителей: расписание, форма для занятий, цели и задачи программы. | октябрь | |
| 2 | Знакомство с детьми, вводная беседа, изучение танцевального поклона, основы разминки. | | 2 |
| 3 | Упражнения для выработки правильной постановки корпуса | | 2 |
| 4 | Упражнения для стоп | | 2 |
| 5 | Стречинг | | 2 |
| | Итого | | 8 |
| 6 | Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе. | Ноябрь Декабрь | 2 |

| | | | |
|----|--|---------|-------------------------|
| 7 | Упражнения для развития плавности движений рук. Упражнения для развития фиксации положений ног и корпуса, подтянутости. | | 4 |
| 8 | Выполнение заданий на раскрытие того или иного образа под характерную музыку. | | 2 |
| 9 | Основы исполнения стилей танца «джаз» и «модерн». | | 5 |
| 10 | Соединение основных движений стилей танца «джаз» и «модерн» в танцевальные композиции соответственно характеру музыки. | | 2 |
| 11 | Творческий отчет в форме открытого занятия. | | 1 |
| | Итого | | 16 |
| 1 | Основные движения стиля танца «хип-хоп», повторение движений джаза и модерна. | Январь | 4 |
| 2 | Повторение основных тренировочных упражнений (осанка, стопы, мышцы, суставы, стретчинг) | Февраль | В течение всего периода |
| 3 | Постановка двух полноценных танцевальных номеров | Март | |
| 4 | Развитие индивидуального мастерства исполнения изученных стилей танца. | | 12 |
| 5 | Изучение элементарных акробатических трюков современного детского танца: переворот назад через спину, бочка, разножка и др. | | 4 |
| 6 | Сюжетное занятие «Танцевальная палитра» | | 3 |
| | Итого | | 1 |
| | | | 24 |
| 1 | Повторение основных движений, повышение индивидуального исполнительского мастерства. | Апрель | В течение всего периода |
| 2 | Изучение танцевального поклона в стиле «джаз» | Май | |
| 4 | Постановка современного танца. | | 1 |
| 5 | Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, увеличение скорости выполнения движений. | | 6 |
| 6 | Подготовка к итоговому отчетному мероприятию | | 4 |
| 7 | Творческий отчет в форме открытого занятия | | 1 |
| | Итого | | 16 |
| | Итого за учебный год | | 64 |

3. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение программы

Занятия по обучению хореографии проводятся 2 раза в неделю с 1 октября по 31 мая. Время занятий соответствует требованиям СанПиНа 2.4.1.3049-13: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», Постановление от 15 мая 2013 года № 26, и составляет в младшей группе – 15 минут, в средней – 20 минут, в старшей – 25 минут, в подготовительной – 30 минут.

Структура занятий во всех возрастных группах одинакова, так как предмет хореографии имеет свою специфику, актуальную для любого возраста, уровня знаний и навыков.

Занятие состоит из:

- Разминки – выполняется в виде небольшой танцевальной зарисовки под популярную детскую песенку, в которой проводится подготовка всех частей опорно-двигательного аппарата к дальнейшим более сложным элементам. Продолжительность – от 2 до 5 минут.

- Основной части – изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность – от 10 до 25 минут.

- Завершающей части – танцевальной игры на развитие различных навыков, например, умения импровизировать под музыку; или комплекса хореографических упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Продолжительность – от 2 до 5 минут.

Формы подведения итогов по дополнительной образовательной программе «Обучение хореографии» для детей дошкольного возраста:

- проведение открытых занятий с приглашением родителей;
- проведение отчетного концерта в конце года.

Программа рассчитана на четыре года обучения с 3 до 7 лет.

Количество часов на реализацию: занятия проводятся 2 раза в неделю, общее количество – 64 занятий в учебном году в каждой возрастной группе. Занятия проводятся в период наиболее активного посещения детьми детского сада – с 1 октября по 31 мая.

Форма реализации: обучение детей проходит на специально организованных занятиях во второй половине дня.

Способ организации: группа, количественный состав до 20 человек.

Учебно-материальная база:

- музыкальный или спортивный зал;
- музыкальный центр;
- аудиозаписи, соответственно плану программы;
- видеозаписи для ознакомления с миром танца;
- атрибуты и костюмы для танцевальных номеров.

Рекомендуемая форма для занятий по хореографии:

Для девочек: белый гимнастический купальник, юбка-солнце шифоновая любого цвета. Белые балетки или чешки, белые носки или лосины. Волосы собраны.

Для мальчиков: белая футболка, черные шорты, черные балетки или чешки, белые носки.

3.2. Литература

В основе программы – личный опыт авторов. Отдельные упражнения и танцевальные разработки были взяты из следующих авторских и парциальных программ и пособий:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000.
2. Бриске И. Э. Мир танца для детей. Челябинск, 2005.
3. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста «Ритмическая мозаика», 2006.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. СПб: Диамант, 1997.
5. Козлов В., Гиршон А., Веремеенко Н. Интегративная танцевально – двигательная терапия, изд. 2-е, СПб: Речь, 2006.
6. Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу». http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1
7. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль, 2004.
8. Сауко Т., Буренина А. Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2 – 3 лет, СПб, 2001.
9. Скрипниченко Е.В. Программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет «Чудо-ритмика», Соликамск, 2010.
10. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. Москва: Линка – Пресс, 2006.
11. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Са-фи-дансе: танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб.: «Детство - пресс», 2003.

Календарно-тематический план для обучения детей 3-4 лет

| № п/п | Учебная тема | Содержание учебной темы | Месяц | Кол-во часов |
|-------|---|---|---------|--------------|
| 1 | Формирование групп по возрасту детей. Собрание родителей. | Знакомство с родителями, форма одежды для занятий, расписание, план отчетных мероприятий, система оплаты. | октябрь | |
| 2 | Знакомство с детьми, вводная беседа, изучение танцевального поклона | Рассказать о культуре поведения на занятии, основных правилах. Познакомить детей с понятием «танец». Приветствие-поклон: «раз-два»-поднять одну руку четко вверх, «три-четыре»-резко поднять вторую руку, «пять-шесть-семь-восемь»-опустить корпус до упора вниз вместе с руками. | | 2 |
| 3 | Упражнения для выработки правильной постановки корпуса | «Прямая спинка» - ходьба по кругу с прямой спиной, руки на поясе, плечи расправлены. «Деревья»: (выполняем движения согласно тексту, держать спину прямо) Я – сильный дуб, протягиваю руки-ветки к солнцу! Я – нежная тоненькая березка, опустила руки-ветки к земле (покачать руками). Я – печальная осинка, качаюсь на ветру (качаться с ноги на ногу). Я – мама-дерево, наклоняю голову к своему ребенку – маленькому деревцу. Я – веселая елочка, колючая иголочка (кружимся на полупальцах, руки вытянуты вниз). А все вместе – мы дружная семья деревьев (обняться всем). «Достань до небушка» - вытягиваемся на полупальцы с поднятыми руками тянемся вверх под классическую музыку для малышей. | | 2 |
| 4 | Упражнения для стоп | «Кошка» - выполняется под классическую музыку для малышей под речитатив хореографа: Осторожно словно кошка от дивана до окошка на носочках я пройду, лягу и в кольцо свернусь. А теперь пора проснуться, хорошенько потянуться. Я легко с дивана спрыгну, спинку я дугою выгну. И опять крадусь как кошка, лапки белые носочки. «Солнышко» - сидим по кругу, ноги вытянуты в круг, как солнечные лучи, натягиваем носочки, острые как солнечные лучи, затем расслабляем носочки. под спокойную музыку. | | 2 |

| | | | | |
|---|---|--|-------------------|---|
| 5 | Танцы для малышей | Используя современные детские песенки, «танцуем» по тексту. Примеры песенок: У жирафа пятна-пятнышки везде, Червячки, Ежик, Мышь полезла в первый раз, песни из репертуара Железновых. | | 2 |
| | Итого | | | 8 |
| 6 | Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела | Выполняются в партере. Сидя на полу, ноги вытянуты – поднятие прямых ног – поднимаем мост, велосипед – поехали к бабушке на дачу. Сидя на полу вытягиваем руки вверх, спину держим прямо – построили высокий дом. Лежа на животе поднимаемся на руках, живот оставляем на полу – мышка выглядывает из норки. Лежа на животе вытягиваем руки и ноги – натягиваем крепкую веревку. Лежа на спине поднимаем голову и смотрим на носочки – где мои носочки, куда не убежали? Лежа на спине поднимаем ноги вверх и трясем ими – жучок упал на спинку. | Ноябрь Декабрь | 2 |
| 7 | Танцевальные образы: осенние листочки, кузнечики, листопад (по 2 на каждом занятии) | «Осенние листочки» - Мы – листики осенние. На листочках сидели, дунул ветер – полетели. (бег по кругу на носочках) И на землю все присели (остановиться и сесть на корточки). Ветер снова набежал и листочки приподнял (круговые движения руками, подняться). Повертел их, покружил, и на землю опустил (кружиться на носочках, остановиться, руки вдоль корпуса). Ветер северный подул и все листья быстро сдул (покачались, изображая дерево, размахивая руками-ветками). Полетели, закружились и на землю опустились (бег по кругу на носочках, сели на корточки). Дождик стал по ним стучать – кап-кап-кап (стучим пальчиками по полу, соблюдая ритм). Град по ним заколотил, листья все насквозь пробил! (стучим ритмично кулачками по полу). Снег потом припорошил, одеялом их укрыл (ложимся, листики уснули под снегом). «Кузнечики»: опустите плечики, прыгайте, кузнечики! прыг-скок! прыг-скок! прыг-прыг-прыг! скок-скок-скок! Стоп! Сели! Травушку покушали, тишину послушали.... Выше! выше! высоко! прыгать снова нам легко! «Листопад»: Утром мы во двор идем. Листья сыплются дождем. Под ногами шелестят и летят, летят, летят (произвольное | | 2 |

| | | | | |
|----|---|---|--|-------------------------|
| | | передвижение по залу с атрибутами-листочками, под спокойную музыку). | | |
| 8 | Танцевальные игры: «Найди свое место», «Иголочка-ниточка» | «Найди свое место» - играющие становятся по кругу или в линии, или в произвольном построении. под веселую музыку дети прыгают, ходят на носочках – шаг задается хореографом. Как только музыка замолкает, нужно занять свое место. "Иголочка — ниточка" — играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Педагог - водящий встает впереди: он — иголочка, а дети - ниточка. Куда иголка идет — туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, стараясь запутать детей, идет "змейкой" по кругу и т.д. Игра выполняется под спокойную музыку, развивает ориентировку в пространстве и чувство коллектива, учит детей правильно ходить друг за другом, держась за руки. | | В течение всего периода |
| 9 | Танцы для малышей | К ранее изученным танцам добавляем новые. Например: жуки (музыка в стиле рок-н-ролл), фиксика, собачки, птички. | | 4 |
| 10 | Основные танцевальные движения: бег «горошек», марш, приставной шаг, прыжки на двух ногах | Познакомить детей с танцевальным бегом, показать различия между танцевальным и спортивным бегом, изучить бег «горошек» (на полупальцах). учить детей останавливаться во время танца, не сталкиваясь с другими детьми. Марш учим без движений рук: солдаты – четкий марш, важный кот – медленный марш, все под характерную музыку. Приставной шаг изучаем по кругу, шаг в круг, затем приставка, шаг из круга и снова приставка – сначала под медленную, потом под быструю музыку. Прыжки на двух ногах – берем воображаемый клей, «склеиваем» ноги и прыгаем. Учим детей не разъединять ноги во время прыжка. | | 5 |
| 11 | Соединение движений в небольшие танцевальные композиции | | | 2 |
| 12 | Творческий отчет в форме открытого занятия с приглашением родителей | Структура открытого занятия: построение детей по кругу вместе с педагогом. Поклон. Танцевальные упражнения. Танцы для малышей. Танцевальная игра. Поклон. | | 1 |
| | Итого | | | 16 |

| | | | | |
|---|--|---|---------------------------|-------------------------|
| 1 | Танцуем как артисты | Учимся эмоционально танцевать. Используя знакомые танцы для малышей, добавляем эмоциональную окраску. Учим лицом изображать во время танца эмоции главных действующих персонажей. Например, в танце «Ежик» улыбаемся, но когда поется про лису, показываем лицом, как страшно ежику, как он боится лису. Так е добавляем эмоциональную окраску движениям, учим детей танцевать более ярко, выразительно. | Январь Февраль Март | 4 |
| 2 | Повторение основных танцевальных упражнений и танцевальных движений | Продолжаем развивать мышечную активность и подготавливать тело к изучению танцевальных номеров. | | В течение всего периода |
| 3 | Танцы для малышей | Изучаем новые танцы. Это могут быть: качели, арбузики, губки бантиком, зайчик шнурфел, кашка, ляли поп, часы, малыши-карандаши, песня о морковке и др. | | 12 |
| 4 | Танцевальные образы: в лесу, вороны, птичка-невеличка (по 2 на каждом занятии) | «В лесу»: Руки подняли и помахали – это деревья в лесу. Локти согнули, кисти встряхнули – ветер сбивает росу. Плавно руками помашем – это к нам птицы летят. Как они сядут покажем, крылья сложили назад. «Вороны»: Вот под елочкой зеленой скачут весело вороны. Целый день они летали и покушать добывали. Только к ночи умолкают и все вместе засыпают. «Птичка-невеличка»: Села птичка на окошко (Дети стоят враспынную по залу, ноги вместе, руки в стороны, имитируют маленькие крылышки у птички). Посиди у нас немножко, Посиди, не улетай, Улетела птичка, ай! (прыжки на двух ногах, ритмично под музыку, слегка помахивая крылышками, на слово «Ай» хлопнуть в ладоши) Села птичка на ладошку. Посиди у нас немножко. Посиди, не улетай, Улетела птичка, ай! (держат правую руку перед собой, вверх ладонью, указательным пальцем левой руки стучать по правой ладошке. На слово «Ай», хлопнуть в обе ладошки) | | 4 |
| 5 | Танцевальные игры: «Найди свое место», «Иголочка-ниточка» | «Магазин игрушек» - дети идут по кругу со словами: «Дин-дин-дин, дин-дин-дин, Повторяем, закрепляем навыки на уже изученных ранее танцевальных играх. | | В течение всего периода |

| | | | | |
|---|--|---|---------------|-------------------------|
| | | | | ода |
| 6 | Основные танцевальные движения: шаг с натянутого носка, топотушки лицом вперед и спиной вперед, выбрасывание ног | К ранее изученным танцевальным шагам и бегу добавляются новые перечисленные движения. | | 4 |
| | Итого | | | 24 |
| 1 | Танцевальные образы: повторение уже изученных образов по 2 на каждом занятии | Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства. | Апрель Май | В течение всего периода |
| 2 | Танцы для малышей | Используем современные детские песенки, например: Котенок ищет маму, Шоколате, Антошка, Мишки гамми, Маша и медведь, Матрешки, Ты похлопай вместе с нами, Где же наши ручки и др. | | 7 |
| 3 | Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений. | Учитывая особенности данной возрастной группы, отработка движений строится на игровых методах и приемах, основанных на образной подаче материала. Все движения выполняются под веселую яркую музыку. | | 4 |
| 4 | Подготовка к итоговому отчетному мероприятию | Повторение всех основных элементов структуры урока, преимущественно тех, которые не были использованы для показа в первом открытом занятии. Отбор наиболее выигрышных, зрелищных по эмоциональной составляющей, танцев из репертуара. | | 4 |
| 5 | Творческий отчет в форме открытого занятия с приглашением родителей | Структура открытого занятия: Построение круг, педагог принимает активное участие. Поклон. Разминка. Танцевальные упражнения. Танцы для малышей. Поклон. | | 1 |
| | Итого | | | 16 |
| | Итого за учебный год | | | 64 |

Календарно-тематический план для обучения детей 4-5 лет

| № п/п | Учебная тема | Содержание учебной темы | Месяц | Кол-во часов |
|-------|---|--|-------------------|--------------|
| 1 | Формирование групп по возрасту детей. Собрание родителей. | Знакомство с родителями, форма одежды для занятий, расписание, план отчетных мероприятий, система оплаты. | октябрь | |
| 2 | Знакомство с детьми, вводная беседа, изучение танцевального поклона, основы разминки. | Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием «танец». Приветствие-поклон: «раз-два»-поднять вытянутые руки вверх, «три-четыре»-поворот вокруг себя на полупальцах, «пять-шесть-семь-восемь»-медленно опустить прямые руки вниз с наклоном корпуса, ноги вместе. Движения для разминки: повороты головы, наклоны корпуса вправо-влево, приседания, марш на месте, бег на месте, прыжки на месте ноги держать вместе. | | 2 |
| 3 | Упражнения для выработки правильной постановки корпуса | Познакомить воспитанников с понятием «осанка». Первое упражнение: руки на поясе, локти держим точно в стороне, ходим по кругу с носочка с ровной спиной. Второе упражнение: полуприседания на месте, держим спину ровно. | | 2 |
| 4 | Упражнения для стоп | Положение сидя на полу, ноги вытянуты вперед. Первое упражнение для развития подъема стопы: «Раз-два»- натягиваем носочки, «три-четыре»- тянем носочки на себя. Далее чередуем: две ноги вместе, две ноги порознь (правая на себя, левая от себя). Второе упражнение для развития выворотности стопы: «раз-два» - разворачиваем стопы и кладем мизинцы на пол, «три-четыре» - возвращаемся в исходное положение. | | 2 |
| 5 | Элементарный стретчинг | Познакомить воспитанников с понятием «растяжка» = «стретчинг». Сидя на полу, ноги вытянуть вперед, стараться положить корпус с вытянутыми руками на ноги. Сидя на полу, ноги вытянуты врозь, стараться положить корпус между ног, спину держать ровно. | | 2 |
| | Итого | | | 8 |
| 6 | Элементарные упражнения для развития силы мышц и подвижности | В положении сидя, ноги вытянуты, поднимаем и опускаем натянутые ножки, опора на руки за спиной. «Бревнышко» - лечь на спину и | Ноябрь Декабрь | 2 |

| | | | | |
|---|--|--|--|---|
| | суставов. Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе | перекатываться с одного бока на другой, следить за тем, чтобы все части тела были натянуты и напряжены. «Веревочка» - лежа на полу на животе, вытянуть руки и ноги, напрячь все тело, натянуть сжатые вместе носочки, натянуть пальцы рук, считаем до пяти. | | |
| 7 | Танцевальные образы: часики, силач, лошадки, солнышко, утята, чебурашка, волна, ванька-встанька (по 2 на каждом занятии) | "Часики" - выполняется лицом в круг. Исходное положение: руки вдоль корпуса, ноги вместе. "Бьют часы во всех домах - тик-так, тик-так" - заход в круг, руки качаются в такт шагам, локти прямые, на слова "так-так, тик-так" локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз. "И встречает утро нас, тик-так, тик-так" — отход на свои места, на слова "так-так, тик-так" маленькое приседание, локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз. "Стрелки никогда не спят, тик-так, тик-так. Скажет утро нам вот так" — хлопки по часовой стрелке сверху вниз, как бы рисующие циферблат часов. "Пора вставать" - на слово "пора" хлопок перед собой, на слово "вставать" нарисовать руками большой круг, сильно прогнуться назад. «Силач» - изображать силача под музыку - поднимает тяжелые гири, штангу, показывает мускулы, тянет канат. «Лошадки» - выполняются движения под речитатив: «Эй, лошадки, все за мной! Поспешим на водопой!» - подскоки или бег с высоким поднятием бедра по кругу, руки в кулачках на поясе. «Вот широкая река, в ней хорошая вода. Пейте хорошую водицу!» – плавно разводим руки в стороны (широкая) и низкий наклон вниз (пьем). «Постучим-ка мы копытцем!» - четкие ритмичные притопы с ускорением, а затем замедлением темпа - по показу педагога. «Эй, лошадки, все за мной! Поскакали мы домой!» - снова бег или подскоки по кругу, руки в кулачках на поясе. "Солнышко" — стоя по кругу, руки опущены, ноги вместе. Наклониться вперед, руки отвести назад и поднять как можно выше (лучики), из этого положения выпрямиться наверх и поднять руки, пальцы растопырить. Покружиться на месте, руки в стороны. Сесть на корточки, опустить руки, подниматься наверх и поднимать через | | 4 |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <p>стороны руки наверх, вытянувшись на носочки покругиться на месте.</p> <p>"Утятя" - стоя, руки согнуты и локти отведены в стороны, ладонями вперед, лицом в круг. 1-2тт. — четыре раза согнуть пальцы в кулачок ("клювики"). 3-4тт.— четыре раза поднять и опустить локти вниз ("крылышки"). 5-6тт. — приседая и вставая, четыре раза колени вправо-влево ("хвостики"). 7-8тт. — четыре хлопка перед собой. Бег по кругу взявшись за руки (усложнение: подскоки по кругу). Все повторить два раза.</p> <p>"Чебурашка" - исполняется под песню В.Шаинского и Э.Успенского "Чебурашка". Вступление стоять на месте в основной стойке (ноги вместе, руки опущены вдоль корпуса). 1-2тт. - подняться на полупальцы, руки ладонями наружу в стороны - кверху. 3-4тт. - опуститься на всю стопу в полуприседание, руки ладонями наружу расслабленно вниз. 5-8тт. -повтор 1-4тт.</p> <p>Припев: 1т. — полуприседание с поворотом туловища налево, руки согнуть вперед, большой палец к ушам, остальные пальцы вместе, ладонями вперед (уши Чебурашки). 2т. - с поворотом в исходное положение встать, руки вниз. 3т. - полуприседание с поворотом туловища направо, руки согнуть вперед, кисти вниз (дворняжка). 4т. — с поворотом в исходное положение встать, руки вниз. 5-8тт. — поворот вокруг себя, руки согнуты в стороны, пальцы в стороны. Наклон туловища на каждый шаг. 9-16тт. - повтор 1-8тт.</p> <p>"Волна" — стоя на месте. Поднимать и опускать руки вместе и попеременно. Поднимать руки наверх и опускать, как бы отталкивая от себя (берег) волну (прибой). Повторить все сначала, добавив поднятие на полупальцы, когда руки поднимаются наверх.</p> <p>«Ванька-встанька» - стойка нога врозь, руки на пояс. Выполняется под ритмичную музыку. «За-такт» - с поворотом направо упор присев. 1-4 тт. — переставляя руки вперед, упор стоя согнувшись. 5т. — правую ногу назад. 6т. — исходное положение. 7-8 тт. — повтор 5-6 тт. с левой ноги. 9-12 тт. - переставляя руки, упор лежа на согнутых руках. 13т. — разогнуть руки, прогнуться. 14т. — согнуть руки. 15-16 тт. - повтор 13-14</p> | | |
|--|--|---|--|--|

| | | | |
|----|---|---|-------------------------|
| | | тт. 17-20 тт. — прогнуться, оторвать ноги от пола, руки согнуть, кисти к плечам держать. 21-24 тт. - лечь, руки скрестно впереди на полу, подбородок на руках, поочередное сгибание и разгибание ног назад (расслабление ног). 25- 28 тт.— лежа на спине в группировке перекаты на позвоночнике. 29-32 тт. — положение, сидя на корточках — вставать и садиться обратно. | |
| 8 | Танцевальные игры: «Тихо-громко», «Иголочка-ниточка», «Зеркало» | «Тихо-громко» - игра на определение динамики музыкального произведения. Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание — ходьба вперед, на тихое — ходьба назад. На громкое звучание — прыжки, на тихое — ходьба на корточках и т. д. "Иголочка — ниточка" — играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Педагог - водящий встает впереди: он — иголочка, а дети - ниточка. Куда иголка идет — туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, что-то обходит, где-то проползает, идет "змейкой" по кругу и т.д. Игра выполняется под спокойную музыку, развивает ориентировку в пространстве и чувство коллектива. "Зеркало" - игра на развитие воображения, умения выразить себя в импровизационном движении. Все играющие становятся полукругом, перед ними стоит водящий. Полукруг это зеркало, в которое смотрится водящий. Он показывает какие-нибудь движения, а все за ним повторяют. После этого выбирается новый водящий, который тоже показывает движения. Не разрешается повторять предыдущие движения. | В течение всего периода |
| 9 | Закрепление изучения порядка и качества движений в разминке | Ускоряем темп воспроизведения движений, закрепляем их четкость и слаженность. Добавляем новые элементы: четкое движение плечами вверх-вниз, выполняем медленно через счет и быстро в каждый счет. Наклоны корпуса вправо влево выполняем с натянутой параллельно полу рукой. «Качалочка» - стоя в широкой позиции ног переносим вес с одной ноги на другую в глубоком приседе. | 2 |
| 10 | Основные танцевальные движения: шаг с | Познакомить детей с понятиями «танцевальный шаг», «танцевальный бег». Выполняем движения под спокойную | 5 |

| | | | |
|----|--|--|---|
| | высоким поднятием бедра, шаг на полупальцах, бег на полупальцах, бег с высоким поднятием бедра, приставной шаг | ритмичную музыку. | |
| 11 | Соединение движений в небольшие танцевальные композиции | Композиция «Большая стирка»: Выполняется под веселую ритмичную музыку. Все стоят по кругу. «Стирка белья»: 1 т. - с полуповоротом направо полуприседание в левую сторону, правую ногу вперед на носок с двумя движениями, имитирующими руками стирку белья на стиральной доске, вдоль правой ноги. 2т. - прыжком встать в полуповорот налево, повторить с другой ноги. 3-4 тт. - повтор 1-2 тт. «Полоскание белья»: 1-2 тт. - приседая, на каждый счет увести колени вправо, влево, вправо, влево; а руки, имитирующие полоскание – в противоположную сторону. 3-4 тт. - повтор 1-2 тт. «Выжимание белья»: 1т. - при стойке на двух ногах два пружинистых приседания; руки согнуты впереди, кисти в кулак - правый над левым, дважды имитируют движения выжимания белья. 2т. - повторить 1 т. с другой ноги, поменяв положение кистей - левый кулак над правым. 3-4 тт. - повтор 1-2 тт. 1т. - стойка, руки со взмахом вверх. 2т. - полуприседание, руки расслаблено вниз. 3-4 тт. — повтор 1-2 тт. «Развешивание белья» - «раз» - встать, левую ногу на полшага вправо, левую руку вверх с имитирующим движением пальцами закрепления белья прищепкой, «два» - приставить правую ногу к левой, правую руку вверх с тем же имитирующим движением. 2- 4 тт. — повтор 1 т. «Глажение белья»: 1т. - при стойке на обеих ногах два пружинистых сгибания левой ноги; руки; правая согнута перед собой, левая согнута за спиной, обе руки дважды имитируют движение утюга при глажении белья. 2т. - повторить 1 т. с другой ноги, поменять положение рук: левая - перед собой, правая - за спиной. 3- 4 тт. - повтор 1-2 тт. 1 т. — имитация стирания пота со лба тыльной стороной ладони правой руки. 2т. - имитация стирания пота со лба тыльной стороной ладони левой руки. 3-4 тт. — повтор 1-2 тт. Композиция «Далеко от мамы»: иллюстрируем текст песни группы | 2 |

| | | | | |
|----|--|--|-------------------|-------------------------|
| | | «Барбарики», используя знакомые движения. | | |
| 12 | Творческий отчет в форме открытого занятия с приглашением родителей | Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие. Разминка. Танцевальные шаги и бег по кругу. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальные композиции. Танцевальная игра. Поклон. | | 1 |
| | Итого | | | 16 |
| 1 | Основные движения детского танца с предметом. | Учимся правильно держать предмет, двигаться с ним на месте и в пространстве. А так же эмоционально взаимодействовать с ним. | Январь Февраль | 4 |
| 2 | Повторение основных тренировочных упражнений (осанка, стопы, мышцы, суставы, стретчинг) | Продолжаем развивать мышечную активность и подготавливать тело к изучению танцевальных номеров. | Март | В течение всего периода |
| 3 | Постановка двух полноценных танцевальных номеров | Постановка номера с предметом и веселого ритмичного танца. | | 12 |
| 4 | Танцевальные образы: воробышки, мишка косолапый, лебедь, цветочек, елка балерина, слонята, клоуны и повтор уже знакомых (по 2 на каждом занятии) | "Воробышки" - 1-4тт. — четыре хлопка перед собой через счет. 5-8тт. — четыре хлопка о колени через счет, 9-12тт. — четыре хлопка справа-влева через счет. 13-16 тт. - повтор 5-8тт. 2-я часть: 1т. — наклон вправо, руки на пояс. 2т. — выпрямиться. 3т. — наклон влево. 4т. - выпрямиться. 5т. - разогнуть вперед правую ногу. 6т. — приставить. 7т. — разогнуть вперед левую ногу. 8т. — приставить. 3-я часть: 1-2тт. - наклон вперед, руки назад - наружу, потряхивая кистями (крылышками). 3-4 тт. — выпрямиться. 5-6тт. - шаги сидя, высоко поднимая колени. 7-8тт. — встать, руки вверх. "Мишка косолапый" - ходьба на внешнем и внутреннем своде стопы. Повороты вокруг себя, приседания в неуклюжей форме. В положении сидя: повороты вокруг себя, покачивание на ногах. «Лебедь» - плавные движения руками имитирующие взмахи крыльев корпус предельно подтянет, шея вытянута, осанка гордая. Передвижения по кругу потом сесть на корточки опустили, на воду, снова полетели. | | 4 |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>"Цветочек" - сидя на полу, ноги подтянуты к корпусу, стопы соединены. "Наступила ночь и цветочек спрятался в бутончик" - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед. "Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку" - руки поднимаются наверх, потянуться.</p> <p>"Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку" — выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх. "Наступила ночь и цветочек спрягался в бутончик" - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед.</p> <p>"Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку" - руки поднимаются наверх, потянуться. "Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку" - выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх. "Но тут закапал утренний дождик: кап-кап-кап" — кисти рук выполняют движение вверх-вниз.</p> <p>"Мокнет, мокнет цветочек, мокнут листочки и стебелечек" — постепенно опускать голову к стопам, руки свободно вытягиваются вперед. "Капал, капал дождик. Цветочек совсем намок. Спрятался он в бутончик" - положение сохраняется. "Но дождик все-таки перестал капать и снова выглянуло солнышко. Потянулся цветочек к солнышку" - голова поднимается, руки выпрямляются наверх, спина тоже выпрямляется. "И стал он сушить свое личико, стебелечек. Сушил, сушил цветочек" — имитация слов руками, кистями рук. "Высушился цветочек, потянулся и вырос" — выпрямить колени, вытянуть ноги. Подняться на ноги.</p> <p>«Елка» - под веселую музыку кружиться на месте, руки прижаты к корпусу, пальцы растопырены, передвигать по залу на прямых ногах.</p> <p>«Балерина» - под плавную музыку передвигаться на носочках, руки плавные, вставать в позу «ласточка», предложить детям пофантазировать.</p> <p>«Слонята» - руки с растопыренными пальцами находятся около ушей, передвижения по залу с покачиваниями к ногам. Выставление ноги на пятку, тяжелые прыжки на двух ногах.</p> <p>«Клоуны» - под веселую музыку выполнять расслабленные движения всем телом, начиная с рук и заканчивая ногами.</p> | | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|---|---|--|-------------------------|
| 5 | <p>Танцевальные игры: «Магазин игрушек», «Усни-трава», «Найди свое место», «Создай образ», «Море волнуется»</p> | <p>«Магазин игрушек» - дети идут по кругу со словами: «Дин-дин-дин, дин-дин-дин, Открываем магазин! Заходите, заходите, Выбирайте, что хотите». Руководитель (продавец) спрашивает покупателя (ребенка), что он хочет купить. Покупатель отвечает: «Куклу» или любой другой предмет, игрушку. Продавец говорит: «Заходите, заходите, выбирайте, что хотите!». В это время все дети изображают кукол. Покупатель выбирает ту куклу, которая ему больше всех понравилась. Кого выбрали, тот становится покупателем, а прежний покупатель встает в круг. Игра на развитие воображения и умения импровизировать.</p> <p>«Усни-трава» - речитатив: Дальний лес стоит стеной, Там в лесу, в глуши лесной, На суку сидит сова. Там растет усни-трава. Говорят, что та сова Знает сонные слова, Как шепнет свои слова, Сразу никнет голова.</p> <p>На площадке свободно расставлены стулья по количеству играющих. Около них стоят дети. Лицом к детям на большом стуле сидит сова. Под стулом лежит пучок травы». После того, как дети (или педагог) негромко и таинственно произнесут текст стихотворения, сова встает и, взяв пучок травы, встряхивает им, произнося «сонные слова» (можно использовать слова из любой колыбельной), например: «Все в лесу усните, голову склоните». После этих слов все садятся на стулья и засыпают, а сова, взяв лежащую рядом со стулом палку, проходит между играющими. Как только она стукнет об пол возле какого-либо стула, сидящий на нем просыпается и ведет за совой. Так постепенно образуется цепочка, которая движется между стульями, пока все играющие не встанут в нее. Неожиданно сова два раза ударяет по полу. Все дети должны быстро занять стулья. Сова также садится на свободный стул. Оставшийся без места становится совой. Игра развивает внимательность и умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>"Найди свое место" — все дети стоят в шеренге (колонне), каждому предлагается запомнить за кем он стоит. По команде</p> | В течение всего периода |
|---|---|--|-------------------------|

| | | | | |
|---|---|---|---------------|-----------------|
| | | <p>руководителя "Разойдись!" звучит веселая музыка, играющие разбегаются по площадке, прыгают, танцуют, играют. Звучит команда "По местам!" и музыка прекращается. Все участники должны быстро занять свои места в шеренге (колонне). Руководитель отмечает тех, кто правильно занял место в строю. Построение может быть различным. Игра развивает внимательность, память и умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>«Создай образ» - заранее подготавливается «нарезка» из музыки различных характеров, от медленной спокойной до характерной народной. Дети располагаются по залу в произвольном порядке и танцуют, задача - прочувствовать и передать характер и образ в танце, своевременно реагировать на смену характера музыки.</p> <p>«Море волнуется» — игра на развитие воображения и двигательной памяти. Дети стоят лицом в круг, взявшись за руки. Они размахивают руками вперед-назад, произнося слова:</p> <p>Море волнуется - раз, Море волнуется—два, Море волнуется—три. Морская фигура на месте замри! После слова "замри!" дети принимают какую-нибудь позу (можно заранее оговорить). Преподаватель отмечает наиболее красивые позы.</p> | | |
| 6 | Основные танцевальные движения: шаг с натянутого носка, шаг в полуприседе с прямой осанкой, легкий бег, боковой галоп и др. | К ранее изученным танцевальным шагам и бегу добавляются новые перечисленные движения. | | 3 |
| 7 | Сюжетное занятие «Конкурс танцев» | Занятие проводится в игровой форме. Дети индивидуально или в группах демонстрируют ранее изученные элементы и танцевальные композиции. Победителей определяет педагог совместно со всей группой. | | 1 |
| | Итого | | | 24 |
| 1 | Танцевальные образы: повторение уже изученных образов по 2 на | Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства. | Апрель Май | В течение всего |

| | | | | |
|---|---|---|--|-------------------------|
| | каждом занятии | | | периода |
| 2 | Танцевальные игры: «Танцевальное эхо», «Погода», «Ай, да я!» и повтор предыдущих | «Танцевальное эхо» - звучит музыкальная фраза или часть музыки, во время которой педагог показывает движения, а дети повторяют. По ее окончании дети повторяют последнее движение. «Погода» - построение детей в две шеренги напротив друг друга на разных концах зала. Команда «Ветер» - дети помахивают кистями рук. «Сильный ветер» - машут руками; «дождь» - хлопают в ладоши; «сильный дождь» - топают ногами; «буря» - перебегают на другую сторону площадки. Игра проводится с увеличением темпа команд. Развивает координацию движений и внимательность. «Ай, да я!» - построение в круг. Водящий в центре круга демонстрирует танцевальные движения под музыку. Все дети хлопают. С окончанием музыки водящий говорит: «Ай, да я!» и, указывая на любого, спрашивает: «А ты?». Следующий водящий выходит в круг и танцует. | | В течение всего периода |
| 3 | Элементарные движения в паре | Познакомить воспитанников с понятием «парный танец», правилами поведения между партнерами в танце. Движения: кружения с различными положениями рук, перемена мест партнеров, движение в паре по кругу. | | 1 |
| 4 | Постановка парного танца | | | 6 |
| 5 | Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, а также увеличение скорости выполнения движений | Отработка движений строится на игровых методах и приемах, обеспечивающих ситуацию успеха для воспитанника, что способствует индивидуальному физическому и эмоциональному развитию ребенка. Все движения выполняются под веселую яркую музыку. | | 4 |
| 6 | Подготовка к итоговому отчетному мероприятию | Повторение всех основных элементов структуры урока, преимущественно тех, которые не были использованы для показа в первом открытом занятии. | | 4 |
| 7 | Творческий отчет в форме открытого занятия с | Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие. Разминка. | | 1 |

| | | | | |
|--|------------------------|---|--|----|
| | приглашением родителей | Танцевальные шаги и бег по кругу. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Парный танец, танец с предметом. Танцевальная игра. Поклон. | | |
| | Итого | | | 16 |
| | Итого за учебный год | | | 64 |

Календарно-тематический план для обучения детей 5-6 лет

| № п/п | Учебная тема | Содержание учебной темы | Месяц | Кол-во часов |
|-------|--|--|---------|--------------|
| 1 | Формирование групп по возрасту детей. Собрание родителей: расписание, форма для занятий, цели и задачи программы | Знакомство с родителями, форма одежды, расписание занятий, план отчетных мероприятий, система оплаты. | октябрь | |
| 2 | Знакомство с детьми, вводная беседа, изучение танцевального поклона, основы разминки | Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием, «образ», «жест», «танец». Приветствие-поклон: стоим ноги вместе, руки на поясе, «раз-два»-топнуть правой ногой, «три-четыре»-хлопнуть в ладоши на каждый счет, «пять-шесть»-топнуть левой ногой, «семь-восемь»-хлопнуть в ладоши, «раз-два-три-четыре»- подняться на полупальцы и вытянуть руки вверх, «пять-шесть-семь-восемь»- медленно опустить корпус и руки вниз, спина прямая. Основные движения для разминки: повороты головы, круговые движения головой, наклоны корпуса вправо-влево с вытянутой рукой, приседания на полупальцах до пола, марш на месте, бег на месте с высоким подниманием бедра и чередованием положений рук, прыжки на месте с чередованием положений ног. | | 2 |
| 3 | Упражнения для выработки правильной постановки корпуса | Познакомить детей с понятием «осанка». Упражнение «Солдатик» под речитатив: «На одной ноге постой-ка, Будто ты солдатик стойкий. Ножку правую держи да смотри не упади. А теперь постой на левой, Если ты солдатик смелый. Раз-два-три – ножку опусти» «Ах, ладошки, вы, ладошки!»- Встать прямо и, заведя руки за спину, соединить ладони. Затем, вывернув сложенные руки пальцами вверх, расположить кисти так, чтобы мизинцы по всей длине касались позвоночника. Локти приподнять, спину выпрямить, плечи отвести назад. Удерживать позу под речитатив: «Ах, ладошки, вы, ладошки! За спиною спрячем вас! Это нужно для осанки, это точно! Без прекрас!». Медленно опустить руки вниз, | | 2 |

| | | | | |
|---|--|---|-------------------|---|
| | | встряхнуть кистями рук и спокойно вздохнуть. «Дощечка»- «раз»-подняться на полупальцы, «два»- сесть на пятки спина прямая, «три» - выпрямить ноги, «четыре»- опустить пятки на пол | | |
| 4 | Упражнения для стоп | Сидя на полу, ноги выпрямлены. Круговые движения стопами внутрь и наружу медленно с максимальной амплитудой для развития подъема и выворотности. Поочередное и одновременное потягивание пятками по 4-6 секунд. | | 2 |
| 5 | Стречинг | Сидя на полу, одно колено согнуто и отведено назад, выполнять наклоны к ноге животом вперед и боком с заносом руки над головой. В положении сидя ноги врозь выполняем круговые движения корпусом по направлениям к ноге-вперед-к другой ноге. Спина ровная , руки произвольные. Стречинг выполняется под спокойную мелодичную музыку. | | 2 |
| | Итого | | | 8 |
| 6 | Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе | «Стойкий оловянный солдатик»– для мышц спины, живота, ног. Встать на колени, руки плотно прижмите к туловищу. «Плывет по реке лодочка, а в ней оловянный солдатик. Вдруг подул резкий ветер, и началась качка. Но ничего не страшно отважному солдатику»- наклониться назад, как можно ниже, держать спину прямо, а потом выпрямиться. После сесть на пятки и расслабиться. «Карусель»– для мышц рук, ног, ягодиц; координации. Сесть на пол, поднять прямые ноги вверх. Опираясь руками о пол, поворачиваться вокруг себя с помощью рук. «Закружилась карусель!» «Лодочка» - лежа на животе вытянуть руки вперед и поднять их, усложнение – поднять вместе с ногами и качиваться вперед-назад, влево-вправо. | Ноябрь Декабрь | 2 |
| 7 | Танцевальные образы: загораем, насос, грибочки, всадник, цветочек, часики, утята, лошадки (по 2 на каждом занятии) | «Загораем» - передвижения по залу в свободном направлении, заданным танцевальным шагом, по сигналу «Загораем!» лечь на спину, закрыть глаза и расслабиться. По сигналу повтор. «Насос» - стойка ноги врозь. «Раз-два» - наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу (насос) — вдох, «три-четыре» - вернуться в | | 4 |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>исходное положение—выдох, «пять-восемь» - повтор в другую сторону. Речитатив : «Это очень просто: Покачай насос ты. Налево-направо, руками скользя, Назад и вперед - наклониться нельзя. Вжик-вжик! Вжик-вжик!»</p> <p>«Грибочки» - передвижения по кругу на присогнутых ногах как бы перекатываясь на стопах, приставной шаг с приседанием по кругу, повороты в стороны с пружинкой.</p> <p>«Всадник» - сидя на стуле, руками держаться за край стула. Под ритмичную музыку. «Затакт» - поднять ноги вперед, «раз» - опустить ноги. Повторить движение несколько раз.</p> <p>«Раз-два» - поднять согнутые ноги вперед, «три-четыре» - опустить ноги. Повторить несколько раз. 1 -4 тт. — восемь хлопков перед собой на каждый счет. 5-7 тт. — потянуться наверх. 8 т. - поставить руки на пояс. Повторить один раз. 1 -8 тт. — имитировать скачку на лошади, слегка подпрыгивая на стуле, в руках воображаемые вожжи. Повторить один раз. 1 -8 тт. - восемь шагов на стуле, высоко поднимая ноги, руками держаться за край стула. Повторить один раз.</p> <p>"Часики" - выполняется лицом в круг. Исходное положение: руки вдоль корпуса, ноги вместе.</p> <p>"Бьют часы во всех домах - тик-так, тик-так" - заход в круг, руки качаются в такт шагам, локти прямые, на слова "так-так, тик-так" локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.</p> <p>"И встречает утро нас, тик-так, тик-так" — отход на свои места, на слова "так-так, тик-так" маленькое приседание, локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.</p> <p>"Стрелки никогда не спят, тик-так, тик-так. Скажет утро нам вот так" — хлопки по часовой стрелке сверху вниз, как бы рисующие циферблат часов.</p> <p>"Пора вставать" - на слово "пора" хлопок перед собой, на слово "вставать" нарисовать руками большой круг, сильно прогнуться назад.</p> <p>"Цветочек" - сидя на полу, ноги подтянуты к корпусу, стопы соединены. "Наступила ночь и цветочек спрятался в бутончик" - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед. "Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку"</p> | | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>- руки поднимаются вверх, потянуться. "Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку" — выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову вверх. "Наступила ночь и цветочек спрягался в бутончик" - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед. "Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку" - руки поднимаются вверх, потянуться. "Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку" - выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову вверх. "Но тут закапал утренний дождик: кап-кап-кап" — кисти рук выполняют движение вверх-вниз. "Мокнет, мокнет цветочек, мокнут листочки и стебелечек" — постепенно опускать голову к стопам, руки свободно вытягиваются вперед. "Капал, капал дождик. Цветочек совсем намок. Спрятался он в бутончик" - положение сохраняется. "Но дождик все-таки перестал капать и снова выглянуло солнышко. Потянулся цветочек к солнышку" - голова поднимается, руки выпрямляются вверх, спина тоже выпрямляется. "И стал он сушить свое личико, стебелечек. Сушил, сушил цветочек" — имитация слов руками, кистями рук. "Высушился цветочек, потянулся и вырос" — выпрямить колени, вытянуть ноги. Подняться на ноги. "Утята" - стоя, руки согнуты и локти отведены в стороны, ладонями вперед, лицом в круг. 1 -2тт. — четыре раза согнуть пальцы в кулачок ("клювики"). 3-4тт.— Четыре раза поднять и опустить локти вниз ("крылышки"). 5-6тт. — приседая и вставая, четыре раза колени вправо-влево ("хвостики"). 7-8тт. — четыре хлопка перед собой. Бег по кругу взявшись за руки (усложнение: подскоки по кругу). Все повторить два раза.</p> <p>«Лошадки» - выполняются движения под речитатив: «Эй, лошадки, все за мной! Поспешим на водопой!» - подскоки или бег с высоким поднятием бедра по кругу, руки в кулачках на поясе, «Вот широкая река, в ней хорошая вода. Пейте! Хорошая водица!» - плавно разводим руки в стороны (широокая) и низкий наклон вниз (пьем). «Постучим-ка мы копытцем!» - четкие ритмичные притопы с ускорением, а затем с замедлением темпа - по показу педагога.</p> | | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|----|--|---|-------------------------|
| | | «Эй, лошадки, все за мной! Поскакали мы домой!» - снова бег или подскоки по кругу, руки в кулачках на поясе. | |
| 8 | Танцевальные игры: «Найди предмет», «Тихо-громко», «Зеркало», «Музыкальное настроение» | <p>«Найди предмет» - играющие сидят или стоят по кругу. Назначается водящая, которая по музыке должна найти предмет. Водящая закрывает глаза, а предмет прячут у одного из играющих. Водящая открывает глаза и идет искать предмет. По мере приближения водящей к предмету сила звука возрастает, а при удалении ослабевает. Нашедшую спрятанный предмет заменяет следующий играющий. Игра развивает быстроту реакции, внимательность.</p> <p>«Тихо-громко» - игра на определение динамики музыкального произведения. Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание — ходьба вперед, на тихое — ходьба назад. На громкое звучание — прыжки, на тихое — ходьба на корточках и т. д..</p> <p>"Зеркало" - игра на развитие воображения. Все играющие становятся полукругом, перед ними стоит водящий. Полукруг это зеркало, в которое смотрится водящий. Он показывает какие-нибудь движения, а все за ним повторяют. После этого выбирается новый водящий, который тоже показывает движения. Не разрешается повторять предыдущие движения.</p> <p>«Музыкальное настроение» - игра на определение характера музыкального произведения. Веселый характер — прыжки, танец; грустный — ходьба опустив голову; героический — марш и т. п. Дети импровизируют под музыку, педагог отмечает наиболее творческие подходы.</p> | В течение всего периода |
| 9 | Усложнение движений разминки, закрепление | Добавляем ритмичные покачивания плечами вверх-вниз, вперед-назад, по кругу. Движения выполняются на счет «раз-два-три-четыре», а также «раз-два», «раз-два-три». | 2 |
| 10 | Основные танцевальные движения: шаг с высоким поднятием бедра, шаг на полупальцах, | Познакомить воспитанников с понятием «диагональ». Выполнять движения по диагонали, совершенствовать навыки выполнения основных танцевальных движений. Нарращивать высоту прыжков, добиваться легкости в выполнении | 5 |

| | | | | |
|----|---|--|---------------------------|-------------------------|
| | переменный шаг, бег на полупальцах, бег с высоким поднятием бедра, подскоки, галоп | движений. | | |
| 11 | Соединение движений в танцевальные композиции по характеру музыки | Подготовка небольших танцевальных зарисовок для открытого занятия. | | 2 |
| 12 | Творческий отчет в форме открытого занятия с приглашением родителей. | Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие. Разминка. Танцевальные шаги и бег по диагонали. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальные композиции. Танцевальная игра. Поклон. | | 1 |
| | Итого | | | 16 |
| 1 | Основные движения современного детского танца под музыку группы «Барбарики» | Познакомить воспитанников с понятием «музыка+танец». Учим детей иллюстрировать музыку в танце, рассказывать то, о чем поется в песне в движении. Можно использовать музыку других групп. | Январь Февраль Март | 4 |
| 2 | Повторение основных тренировочных упражнений (осанка, стопы, мышцы, суставы, стретчинг) | Продолжаем развивать мышечную активность и подготавливать тело к изучению танцевальных номеров. | | В течение всего периода |
| 3 | Постановка двух полноценных танцевальных номеров | Используя знакомые движения, учим танцы «Барбарики» и «Дружба». | | 12 |
| 4 | Танцевальные образы: клоуны, мостик, гуляем в лесу, дирижер, аленький цветочек, волна, коробочка, винтик (по 2 на каждом занятии) | «Клоуны» - под веселую музыку выполнять расслабленные движения всем телом, начиная с рук и заканчивая ногами. «Мостик» - встать в положение «мостик» с помощью педагога. «Гуляем в лесу» - дети выполняют движения, следуя речитативу: Друг за другом мы идем, Дружно песенку поем. Выходи скорей на луг, Образуем быстро круг. Вот кузнечик проскакал. Что такое он сказал? Он сказал: «Ребята, дружно прыгать, как и я, вам нужно»! | | 4 |

| | | | | |
|---|---|--|--|-------------------|
| | | <p>Пролетела стрекоза, Машет крыльями она И стрекочет: «Эй, народ, А ну, давай со мной в полет!» - бег со взмахами рук. Сколько разных тут цветов, Всяких видов и сортов. Мы букеты собираем, Но колени не сгибаем - наклоны поочередно к каждой ноге. А вот гуси полетели, Мы от радости присели, Дальше так гуськом пойдём, Много нового найдем - ходьба в присядке. А теперь посмотрим мы, Кто рекорд побьет длины. Кто вот этот ручеек Перепрыгнет поперек. - перепрыгивание через «ручей». Стой, друзья, здесь остановка, Потанцуем все мы ловко! - все дети танцуют под веселую музыку, изображая разных лесных жителей. «Дирижер» - имитационно-образные движения руками. Выполняется под разную музыку, которая чередуется. «Аленький цветочек» - передвижения по кругу, взявшись за руки. Перестроения: заход в круг, «улитка», смена направления движения, наклоны вперед и назад, покачивание рук, поднятие и опускание рук. "Волна" — стоя на месте. Поднимать и опускать руки вместе и попеременно. Поднимать руки наверх и опускать, как бы отталкивая от себя (берег) волну (прибой). Повторить все сначала, добавив поднятие на полупальцы, когда руки поднимаются наверх. "Коробочка" - лежа на полу, на животе вытянуться на руках и прогнуться назад, одновременно согнуть в коленях ноги и стремиться достать пальцами ног до макушки головы. «Винтик» - стойка ноги врозь, руки на пояс, «раз-семь» - семь пружинящих поворотов туловища направо, «восемь» - исходное положение. Повтор в левую сторону и все повторить два раза.</p> | | |
| 5 | Танцевальные игры: «Гонка мяча по кругу», | «Гонка мяча по кругу» - все участники стоят по кругу и под музыку передают друг другу мяч. Вдруг музыка прекращается, и тот, у | | В тече- ние |

| | | | |
|--|--|--|-------------------------------|
| | <p>«Танцевальное эхо», «Автомобили», «Создай образ», «Гулливер и лилипуты»</p> | <p>кого остался мяч в руках, выходит к центру круга и под музыку танцует, остальные повторяют за ним движения.</p> <p>«Танцевальное эхо» - звучит музыкальная фраза или часть музыки, во время которой педагог показывает движения, а дети повторяют. По ее окончании дети повторяют последнее движение.</p> <p>«Автомобили» - все играющие стоят в шахматном порядке (или в шеренге). По команде «сели в машину» дети выполняют полуприседание (усложнение – полное приседание) и берутся руками за воображаемый руль. По команде «поехали» дети свободно передвигаются по залу бегом или шагом. Выполняя движение, все смотрят на педагога, у которого в руках карточки: красная — «Вот зажегся красный свет, стой, дорога дальше нет» (дети стоят на месте); желтая — «Ты на желтый не ходи, а на месте раз, два, три» (дети маршируют на месте); зеленая — «Свет зеленый впереди, путь свободный — выходи!» (дети снова передвигаются по залу в любом направлении). По команде «машины в гаражи» дети должны за три счета быстро занять свои места.</p> <p>«Создай образ» - заранее подготавливается «нарезка» из музыки различных характеров, от медленной спокойной до характерной народной. Дети располагаются по залу в произвольном порядке и танцуют, задача - прочувствовать и передать характер и образ в танце, своевременно реагировать на смену характера музыки.</p> <p>«Гулливер и лилипуты» - игра на внимание. Читается текст, как только звучат слова «Гулливер» или «Человек-гора», все дети встают на носки и поднимают руки вверх, а если звучат слова «лилипуты» или «человечки», все быстро садятся на корточки с прямой спинкой. «К вечеру вокруг Гулливера столпилось, по крайней мере, триста тысяч лилипутов. Каждому хотелось посмотреть, что такое — Человек-гора. Гулливера охраняла стража. Две тысячи лилипутов выстроились перед замком, но все-таки кое-какие смелые, горожане прорвались. Одни лилипуты осматривали башмаки Гулливера, другие человечки швыряли в него камешки: Меткая стрела поцарапала Гулливеру шею, вторая стрела</p> | <p>всего пери ода</p> |
|--|--|--|-------------------------------|

| | | | | |
|---|---|---|---------------|-------------------------|
| | | поцарапала левый глаз. Солдаты связали шестерых лилипутов и, подталкивая тупыми пиками, пригнали к ногам Гулливера. Гулливер нагнулся, скреб всех лилипутов одной рукой и сунул в карман своего камзола...». | | |
| 6 | Основные танцевальные движения: приставной шаг вперед-назад и вправо-влево, добавление к простым шагам движений рук | Добавляем к шагам хлопки рук, открытие и закрытие рук, и другие движения согласно используемой музыке. Движения выполнять выразительно, учить выполнять движения слаженно всеми частями тела. | | 3 |
| 7 | Сюжетное занятие «Танцевальный праздник» | На танцевальный праздник приехали различные герои, животные (все берем из пройденного материала). В игровой форме повторяем образы, движения, тренируя в воспитанниках чувство радости и удовлетворения от результата обучения. | | 1 |
| | Итого | | | 24 |
| 1 | Танцевальные образы: повторение уже изученных образов по 2 на каждом занятии | Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства. | Апрель Май | В течение всего периода |
| 2 | Танцевальные игры: «Погода», «Ай, да я!» и повтор предыдущих | «Погода» - построение детей в две шеренги напротив друг друга на разных концах зала. Команда «Ветер» - дети помахивают кистями рук. «Сильный ветер» - машут руками; «дождь» - хлопают в ладоши; «сильный дождь» - топают ногами; «буря» -перебегают на другую сторону площадки. «Ай, да я!» - построение в круг. Водящий в центре круга демонстрирует танцевальные движения под музыку. Все дети хлопают. С окончанием музыки водящий говорит: «Ай, да я!» и, указывая на любого, спрашивает: «А ты?». Следующий водящий выходит в круг и танцует. | | В течение всего периода |
| 3 | Выход на сцену и уход за кулисы | Познакомить воспитанников с танцевальным входом и уходом со сцены: постановка корпуса, рук, шаг для выхода на сцену, поклон после исполнения номера, учимся уходить красиво со сцены. | | 1 |
| 4 | Постановка современного танца | Подбор и постановка танцевального номера в соответствии с составом группы и уровнем подготовленности. | | 6 |

| | | | | |
|---|---|--|--|----|
| 5 | Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, увеличение скорости выполнения движений | Укрепить чувство ритма, темпа исполнения элементов, повысить выразительность, закрепить технику исполнения. Научить чередовать характер движения: быстро-медленно, четко-плавно. | | 4 |
| 6 | Подготовка к итоговому отчетному мероприятию | Выстроить занятие композиционно, изучить порядок выполнения частей открытого занятия, перестроения по его ходу, повысить индивидуальное качество исполнения упражнений и танцевальных движений. | | 4 |
| 7 | Творческий отчет в форме открытого занятия с приглашением родителей | Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие. Разминка. Танцевальные шаги и бег по диагонали. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальные номера «Барбарика», «Дружба». Танцевальная игра. Поклон. | | 1 |
| | Итого | | | 16 |
| | Итого за учебный год | | | 64 |

Календарно-тематический план для обучения детей 6-7 лет

| № п/п | Учебная тема | Содержание учебной темы | Месяц | Кол-во часов |
|-------|--|---|---------|--------------|
| 1 | Формирование групп по возрасту детей. Собрание родителей: расписание, форма для занятий, цели и задачи программы | Знакомство с родителями, форма одежды, расписание занятий, план отчетных мероприятий, система оплаты. | октябрь | |
| 2 | Знакомство с детьми, вводная беседа, изучение танцевального поклона, основы разминки | Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием, «образ», «жест», «танец», «современные направления танца». Приветствие-поклон: стоим ноги вместе, руки на поясе, «раз-два»- топнуть правой ногой, «три-четыре»- хлопнуть в ладоши на каждый счет, «пять-шесть»-топнуть левой ногой, «семь-восемь»- хлопнуть в ладоши, «раз-два»- подняться на полупальцы, вытянуть руки вверх, «три-четыре»- правую ногу поставить скрестно впереди левой и сделать винтовой поворот на полупальцах на 360° руки держать в замке, «пять-шесть»- шаг вправо, правую руку вытянуть в сторону, четко притопнуть левой ногой, руку и голову опустить, «семь-восемь»- то же в левую сторону. Основные движения для разминки: повороты головы, круговые движения головой, четкое покачивание плечами вверх-вниз на счет «раз-два-раз-два-три», круговые движения плечами с повышением амплитуды вращения, наклоны корпуса вправо-влево с вытянутой рукой и круговым движением корпуса через пол, приседания на полупальцах до пола, марш на месте, бег на месте с высоким подниманием бедра, выносом прямой ноги вперед и в стороны, чередованием положений рук, прыжки на месте с чередованием положений ног. | | 2 |
| 3 | Упражнения для выработки правильной постановки корпуса | Познакомить воспитанников с понятием «осанка». Упражнение «Солдатык»с усложнением под речитатив: «На одной ноге постой-ка, Будто ты солдатик стойкий. Ножку правую к груди да смотри не упади. А теперь давай-ка с левой, Если ты солдатик | | 2 |

| | | | | |
|---|---|--|-------------------|---|
| | | <p>смелый. Раз-два-три – ножку опусти» «Дощечка»- «раз»-подняться на полупальцы, «два»- сесть на пятки спина прямая и задержаться в этом положении еще на два такта, «три» - выпрямить ноги, «четыре»- опустить пятки на пол. «Самовар»- сидя на полу вытянуть ноги вперед, поставить руки на пояс, держать спину прямо. «Раз-два»- соединяем стопы и подтягиваем ноги к себе до упора, спина прямая, «три-четыре»- выпрямляем ноги. Упражнение выполняется медленно, задача-сохранить спину прямой.</p> | | |
| 4 | Упражнения для стоп | <p>Познакомить воспитанников с понятием «Позиция ног». Изучить шесть позиций ног, с помощью переступаний менять позиции, держать носочки максимально натянутыми. «Натянутые носочки»- из заданной позиции ног выводить натянутый носочек и закрывать обратно в позицию. После выполнить небольшой самомассаж стоп.</p> | | 2 |
| 5 | Стречинг | <p>В положении лежа на спине подтягивать прямую ногу как можно ближе к груди, медленно опустить ногу на пол. Лежа на спине притянуть оба колена к грудной клетке и захватить руками стопы, затем аккуратно и медленно выпрямить ноги и задержать в таком положении на 5-10 секунд. Сидя на правой ноге, левую вытянуть в сторону, спину держать прямо, руки за спиной. Медленно перенести корпус на левую ногу, выпрямить правое колено. Из исходного положения повернуть корпус на 90°, колено положить на пол. Поднять носок правой ноги и захватить его рукой, на пол не опираться, держаться за счет прямой спины. Развернуться прямо и повторить в другую сторону. Стречинг выполняется под спокойную мелодичную музыку.</p> | | 2 |
| | Итого | | | 8 |
| 6 | Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе | <p>«Карусель»– для мышц рук, ног, ягодиц; координации. Сесть на пол, поднять прямые ноги вверх. Опираясь руками о пол, поворачиваться вокруг себя с помощью рук. «Закружилась карусель!» «Лодочка» - лежа на животе вытянуть руки вперед и поднять их, усложнение – поднять вместе с ногами и раскачиваться вперед-</p> | Ноябрь Декабрь | 2 |

| | | | | |
|---|--|--|--|---|
| | | <p>назад, влево-вправо.</p> <p>«Ракета»– для мышц рук, спины, живота, ног; координации. «Готовим ракету к полету»- лежа на спине, плавно поднять ноги вверх. Упираясь руками в поясницу, поднять нижнюю часть туловища. Ноги тянуть вверх, выпрямляя их. «Ракета готова к старту! Три, два, один – пуск!»- лечь на спину и немножко отдохнуть перед следующим запуском.</p> <p>«Экскаватор»– для мышц спины, живота, ног; гибкости. Лечь на спину, руки вдоль туловища, ладони на полу, ноги согнуты в коленях. «Экскаватор к работе готов!»- поднимать ноги за голову, постепенно выпрямляя их. Удерживать позу, пока из «ковша», земля высыпается в кузов машины. И так несколько раз.</p> | | |
| 7 | <p>Упражнения для развития плавности движений рук.</p> <p>Упражнения для развития фиксации положений ног и корпуса, подтянутости</p> | <p>«Играют маленькие волны»- под плавную инструментальную музыку руками изображаем волны, прилив, отлив, спокойную воду, бурю на воде.</p> <p>«Деревянные и тряпичные куклы»- при изображении деревянных кукол напрягаются мышцы ног, корпуса, опущенных вдоль корпуса рук. Делаются резкие повороты всего тела вправо-влево, сохраняется неподвижность шеи, рук, плеч, ступни крепко и неподвижно стоят на полу. Подражая тряпичным куклам, необходимо снять излишнее напряжение в плечах и корпусе; руки висят пассивно. В этом положении нужно короткими толчками поворачивать тело вправо-влево; при этом руки взлетают и обвиваются вокруг корпуса, голова поворачивается, ноги также поворачиваются, хотя ступни остаются на месте.</p> <p>Разучить комбинацию на закрепление изученных позиций ног, смена позиций начинается с медленного темпа и постепенно переходить на быстрый.</p> | | 4 |
| 8 | <p>Выполнение заданий на раскрытие того или иного образа под характерную музыку</p> | <p>Разделить детей по два-три человека в группе и дать им импровизационное задание – придумать танец для определенного образа. Используя знакомые движения, с помощью педагога, дети сочиняют танцевальные композиции. Задача- научить детей использовать ранее изученный материал творчески, свободно чувствовать себя в роли активного участника творческого процесса.</p> | | 2 |

| | | | | |
|----|---|--|---------------------------|-------------------------|
| 9 | Основы исполнения стилей танца «джаз» и «модерн» | Познакомить воспитанников с классическими стилями современного танца «джаз» и «модерн», рассказать об истории их возникновения. «Джаз»- разучить основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс, контракции-рему (сжатие-высвобождение). Учить четкости и законченности выполнения движений. . «Модерн»- разучить основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза. Учить воспитанников выполнять движения свободно, плавно, без округлостей в локтях, плавно фиксировать значимые точки | | 5 |
| 10 | Соединение основных движений стилей танца «джаз» и «модерн» в танцевальные композиции соответственно характеру музыки | Совершенствовать навыки исполнения стилей танца «джаз», «модерн» и повышать выразительность исполнения. | | 2 |
| 11 | Творческий отчет в форме открытого занятия с приглашением родителей | Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие. Разминка. Упражнения для стоп, стретчинг. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальные композиции в стиле «джаз» и «модерн». Демонстрация лучших номеров, созданных самими детьми под руководством педагога(1-2). Поклон. | | 1 |
| | Итого | | | 16 |
| 1 | Основные движения стиля танца «хип-хоп», повторение движений джаза и модерна | Познакомить воспитанников со стилем современного танца «хип-хопом». Базовые движения- кач, степ, пружинка, хэппи-фит, роджер рэббит, монастери. Разучить танцевальную композицию «Роботы» в стиле «хип-хоп». | Январь Февраль Март | 4 |
| 2 | Повторение основных тренировочных упражнений (осанка, стопы, мышцы, суставы, стретчинг) | Продолжаем развивать мышечную активность и подготавливать тело к изучению танцевальных номеров. Повышаем качество исполнения основных движений современных направлений танца. | | В течение всего периода |
| 3 | Постановка двух полноценных танцевальных номеров | Подбор и постановка танцевальных номеров в соответствии с составом группы и уровнем освоения новых стилей танца. | | 12 |
| 4 | Развитие | Развивать координацию движений, | | 4 |

| | | | | |
|---|---|--|---------------|-------------------------|
| | индивидуального мастерства исполнения изученных стилей танца. | упражнять в равновесии, формировать образно-пространственное мышление, закреплять основные виды движений в быстром темпе. Учить свободному и самостоятельному воспроизведению изученных движений, танцев. | | |
| 5 | Изучение элементарных акробатических трюков современного детского танца: переворот назад через спину, бочка, разножка и др. | Познакомить воспитанников с понятием «трюк». Учить воспитанников соблюдать технику безопасности при выполнении трюковых элементов. Научить правильному положению позвоночника на всех стадиях выполнения трюкового элемента: подготовка, трюк, выход. Первоначально все элементы выполняются при помощи и поддержке педагога, затем самостоятельно самим воспитанником. | | 3 |
| 6 | Сюжетное занятие «Танцевальная палитра» | Яркое веселое занятие с приглашением детей младшего возраста, проводится в концертной форме. Финальный номер- совместный веселый танец по показу. | | 1 |
| | Итого | | | 24 |
| 1 | Повторение основных движений, повышение индивидуального исполнительского мастерства | Подбор самых основных и ярких движений, упражнений для показа на открытом занятии. Акцент на работу с ритмом, амплитудой движений и энергетической подаче. | Апрель Май | В течение всего периода |
| 2 | Изучение танцевального поклона в стиле «джаз» | Изучить поклон, который будет представлен на открытом занятии. «Раз» - руки согнуты в локтях поднять вверх, «и» - опустить руки на пояс, локти, удерживая в 1ом положении, «два» - руки на поясе переводим против часовой стрелки, корпус неподвижен, «и» - наклон корпуса вперед, «три» - ноги с корпусом поворачиваются в лево, руки остаются на месте «и» - слайд ногой назад, руки оттяжка вперед, «четыре» - ноги вместе, руки вдоль корпуса. «Раз»- ноги вместе в плие, руки позиция «за партией» правая рука вверх, «и»- поменять руки, левая вверх, «два»- поменять руки, правая вверх, «и»- правую руку сложить на левую и голова влево, «три»- вернуть с положение как на счет «два», «и-четыре»- волна корпусом снизу вверх. | | 1 |
| 4 | Постановка современного танца | Постановка танцевального номера в соответствии с составом группы и уровнем освоения стиля танца «хип-хоп» с использованием трюковых элементов. | | 6 |

| | | | | |
|---|---|--|--|----|
| 5 | Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, увеличение скорости выполнения движений | Повторение основ пройденного материала, повышение индивидуального мастерства исполнения упражнений и движений воспитанниками, отработка сценической формы ранее изученных танцевальных номеров. | | 4 |
| 6 | Подготовка к итоговому отчетному мероприятию | Выстроить занятие композиционно, изучить порядок выполнения частей открытого занятия, перестроения по его ходу. Напомнить воспитанникам о правилах поведения на открытом занятии и о значимости события. | | 4 |
| 7 | Творческий отчет в форме открытого занятия с приглашением родителей | Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие в стиле «джаз». Разминка. Упражнения для стоп, стретчинг. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальная композиция «роботы», а также композиция в стиле «модерн». Танцевальные номера в стиле «джаз» и «хип-хоп». Поклон. | | 1 |
| | Итого | | | 16 |
| | Итого за учебный год | | | 64 |

