

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребёнка – детский сад № 116» г. Сыктывкара

Принято
на педагогическом совете
Протокол № 1
«31» августа 2015 г.



Рабочая программа,
обеспечивающая реализацию дополнительной общеобразова-
тельной программы – дополнительной общеразвивающей про-
граммы художественной направленности
студия «Хрустальный башмачок»
(для детей от 4 до 7 лет)
срок реализации 3 года

Сыктывкар, 2015

Оглавление

Пояснительная записка	3
Цель и задачи программы	7
Содержание программы	9
Учебный план	14
Средний дошкольный возраст (4 – 5) лет Учебно-тематический план	15
Средний дошкольный возраст (4 – 5) лет Перспективный план	19
Старший дошкольный возраст (5 – 6 лет) Учебный план	25
Старший дошкольный возраст (5 – 6 лет) Перспективный план	29
Старший дошкольный возраст (6 – 7 лет) Учебный план	33
Старший дошкольный возраст (6 – 7 лет) Перспективный план	37
Педагогическая диагностика уровня усвоения программы	41
Оборудование	42
Список рекомендуемой литературы:	45

Пояснительная записка

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного, физического и эстетического развития ребёнка, формируется его личность. Эстетическое воспитание личности происходит с первых шагов маленького человека, с первых его слов, поступков. Именно окружающая среда, откладывает в душе ребенка отпечаток на всю жизнь. Незаменимым средством формирования духовного мира детей является искусство: литература, скульптура, народное творчество, живопись. Оно пробуждает у детей дошкольного возраста эмоционально-творческое начало.

Формирование творческой личности существенно для эмоционального и для эстетического развития ребенка. При творческой деятельности активизируется восприятие, выразительность исполнения, оценочное отношение к своей продукции, что оказывает большое влияние на становление личности ребенка. В наше не простое и жестокое время очень важно воспитать маленького человека, способного сопереживать, сочувствовать другим людям, животным, прививать ему чувство такта, воспитать культурного, полноценного члена общества.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДОУ, определяется через выбор хореографического направления. Данная программа ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

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

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия танцами формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспита-

ния национального самосознания. Прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Рабочая программа, обеспечивающая реализацию дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности студия «Хрустальный башмачок» следует общедидактическим и частно - методическим принципам и методам обучения:

- **Принцип доступности и индивидуализации**, предусматривающий учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и определение посильных для него заданий. Содержание программы «Хрустальный башмачок» обеспечивает преемственность и постепенность усложнения заданий. Предлагаемые задания доступны для дошкольников и предполагают успешное преодоление трудностей путем физических и психических усилий занимающихся. Например, ходьба на каждый счет, хлопки через счет способствуют исполнению в дальнейшем более сложных сочетаний ритмического рисунка. Шаг на месте, переступание способствуют овладению танцевальными шагами.

Индивидуализация обучения заключается в учете индивидуальных особенностей ребенка. Так, например, детям робким, застенчивым предлагается показать какое-либо упражнение остальным детям, в игре предлагаются ведущие роли, что способствует освобождению детей от застенчивости и повышению интереса к занятиям.

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

- **Принцип систематичности** – непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия способствуют не только достижению эффективности обучения, но и дисциплинируют детей, приучают их к методичной регулярной работе и доведению до конца начатого дела.

- **Принцип сознательности и активности**, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для этого необходимо четко объяснять ребенку, что и как нужно выполнить, и почему именно так, а не иначе.

- **Принцип повторяемости материала**, заключается в многократном повторении вырабатываемых двигательных навыков. Программным материалом предусмотрено многократное повторение упражнений, способствующих образованию двигательного стереотипа. Для поддержания интереса и привлечения внимания детей к занятиям необходимо вносить в повторяющи-

еся упражнения некоторые изменения, или предлагать разнообразные методы и приемы их выполнения.

- **Принцип гуманности** выражается в безусловной вере в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

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

- **Принцип наглядности.** На начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, поэтому очень важен высококачественный практический показ движений педагогом в сочетании с образным словом. После того, как разученное движение переросло в навык, образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

Данные принципы удачно реализуются и способствуют эффективности образовательного процесса только во взаимосвязи.

При организации занятий используются методические приемы, активизирующие у детей желание творчества: метод показа, словесный метод, музыкальное сопровождение, импровизационный метод, игровой метод.

Программа рассчитана на три года обучения и рекомендуется для занятий с детьми с 4 до 7 лет. Занятия проводятся в средней, старшей и подготовительной группе 2 раза в неделю. Длительность занятий: средняя группа – 20 мин., старшая группа – 25 мин., подготовительная группа – 30 мин. Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (сентябрь), итоговая (май).

В данной программе осуществляется развитие идеи использования музыкально-ритмических движений, как средства психологического раскрепощения ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента. Огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности.

Ориентация не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы «на себя», «на себя во взаимодействии с детьми» - вот ПЕРВАЯ отличительная особенность данной программы.

ВТОРАЯ особенность - это использование в качестве музыкального сопровождения, как правило, целостных произведений - в записи и при непосредственном, «живом» исполнении (а не отрывков - по 8,16 тактов, как это принято в традиционных музыкально-ритмических упражнениях). Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки. Идея от простого к сложному, от детских песен к

симфоническим произведениям композиторов-классиков (М. Мусоргского, П. Чайковского, Э. Грига, К. Сен-Санса и др.), ребенок постепенно приобщается к миру прекрасного, пропуская как бы «через себя» музыку, сложный мир чувств и образов, обыгрывая своим телом музыкальную ткань произведения, его настроение и содержание и постигая при этом на телесном, зрительном и эмоциональном уровне специфический язык средств музыкальной выразительности.

ТРЕТЬЯ особенность данной программы - это акцентирование внимания педагогов не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения, эмоциональные процессы. Движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

Другими словами, данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагогов, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

Цель и задачи программы

Цель – всестороннее развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений, разнообразных умений, способностей, физических качеств личности, приобщение детей к танцевальному искусству, способствовать их эстетическому и нравственному развитию. Выявление и раскрытие творческих способностей дошкольников посредством хореографического искусства.

Задачи средний дошкольный возраст (4-5 лет):

1. Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку;
2. Развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
3. Развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.
4. Освоение основных двигательных навыков и умений;
5. Развитие навыка ориентировки в пространстве;
6. Развитие коммуникативной.

Предполагаемый результат:

- относительно высокий уровень владения основными навыками движений;
- непринужденное желание составлять музыкально-ритмическую композицию из знакомых движений под плясовую наигрыш;
- яркий эмоциональный отклик и живой интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- довольно развитые навыки коммуникативности и стремления к коллективному двигательному творчеству.

Задачи старший дошкольный возраст (5--7 лет):

1. Развить умение передавать ускорения, замедления, как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
2. Развить умение самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций;
3. Развить умение выполнять сложные циклические виды движений, разнонаправленные движения для рук и ног, ассиметрично из современных ритмических танцев.
4. Развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

Предполагаемый результат:

- раскрытие творческого потенциала ребенка;
- проявление интереса к музыкальной культуре, движению, танцу;
- развитие воображения и фантазии.

Развитие музыкальности, а именно:

- умение слушать и понимать музыку;

- умение двигаться под музыку в соответствии с характером музыкального произведения;
- развитие чувства ритма;
- развитие способности различать жанры и стили танцев.

Развитие двигательных навыков, а именно:

- умение точно исполнять танцевальные движения;
- действовать синхронно и выразительно в группе;
- умение ориентироваться в пространстве;
- умение запоминать и выполнять рисунок танца самостоятельно, без подсказки.

Развитие нравственно-коммуникативных качеств, а именно:

- умение вести себя в паре (пригласить, проводить, подать руку, приветствие, поклон);

Развитие психических процессов: восприятия, мышления, внимания, памяти, воли и др.

Содержание программы

Структура построения занятия

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Основные части	Основные задачи	Основные средства	Методические особенности
Подготовительная	Организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния; умеренное разогревание организма	Строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др.	Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.
Основная	Развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций	Упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографические упражнения; элементы современного ритмического танца; танцевальные композиции; постановочная работа.	На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.
Заключительная	Постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов.	Спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.	На эту часть отводится 5-10% общего времени. Проводится краткий анализ достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у детей чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться Советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Занятия по программе «Хрустальный башмачок» делятся на несколько видов. Основная часть занятия изменяется в зависимости от методов решения поставленных задач.

1. **Обучающие занятия.** На обучающих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, танцевального па в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения.
2. **Закрепляющие занятия.** Предлагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Затем идет повтор движения каждым ребенком, по очереди (диагональ), начинают дети, выполняющие движения правильно.
3. **Итоговые занятия.** Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные композиции.
4. **Постановочные занятия.** На занятии разучивается рисунок танца, дети учатся эмоционально передавать характер танца.
5. **Импровизационные занятия.** На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.
- 6.

№ п/п	Содержание обучения на занятии	Время Средняя группа	Время Старшая группа	Время Подготовит. группа
1.	Поклон	1мин.	1мин.	1мин.
2.	Разминка	3мин.	4мин.	4мин.
3.	Партерный экзерсис	4мин.	5мин.	5мин.
4.	Дыхательная гимнастика	1мин.	1мин.	1мин.
5.	Разучивание танцевальных движений, синхронность исполнения	5мин.	6мин.	9мин.
6.	Диагональ, разучивание кружений, вращений	3мин.	5мин.	7мин.
7.	Игра	2 мин.	2 мин.	2 мин.
8.	Поклон	1мин.	1мин.	1мин.
		20 мин.	25 мин.	30 мин.

На занятиях по хореографии ни одно движение не выполняется как механический разогрев мышц. Занятия проводятся в игровой форме. Давая тематическое название занятиям, мы предусматриваем определенный сюжет, но в ходе занятия педагог импровизирует сам и предоставляет возможность импровизировать детям.

Организация занятий

Особенностью программы является синтез всех видов деятельности, как строевые упражнения, подвижные игры, гимнастические упражнения, танцы, дыхательные упражнения, релаксация. Это позволяет детям дошкольного возраста в наиболее доступной, яркой, эмоциональной форме получить первые эстетические впечатления, помогающие формировать личность ребенка.

А подготовка детей к занятиям, поэтапное разучивание движений, чёткий показ руководителя с согласованными комментариями, учёт принципов систематичности и последовательности, помогают детям лучше научиться ориентироваться в окружающем пространстве, повышается естественная активность, движения становятся более точными, динамичными.

Музыкально – ритмические движения учат ребенка владеть своим телом, согласовывать свои движения с движениями других детей, укрепляет основные виды движений, способствует освоению элементов плясок и танцев.

Освоение программы рассчитано на год, участники - дети средней, старшей и подготовительной группы. Численность воспитанников в группе не превышает 10 человек. Занятия проводятся во вторую половину дня длительностью 20-30 мин. Отбор детей проводится в соответствии с желанием родителей и индивидуальными особенностями детей.

Диагностические периоды – октябрь, май.

Содержание программы

1. Вводное занятие

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

2. Партерная гимнастика

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? П.э.- это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

3. Упражнения на ориентировку в пространстве

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

4. Упражнения для разминки

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

5. Народный танец

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

6. Классический танец

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот

или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями. С каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7. Бальный танец

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

Учебный план

Возрастная группа	Количество занятий	
	В неделю	В год
Средний дошкольный возраст (4 – 5 лет)	2/20	64/1280
Старший дошкольный возраст (5 – 6 лет)	2/25	64/1600
Старший дошкольный возраст (6 – 7 лет)	2/30	64/1920

Средний дошкольный возраст (4 – 5) лет

Учебно-тематический план

№ п/п	План работы	Ко- ли- че- ство ча- сов	Период проведения занятий							
			X	XI	XII	I	II	III	IV	V
1.	Диагностика	2	1							1
2.	Отчётный концерт	2				1				1
3.	Темы занятий: «Смех да веселье»	6			2	2				2
4.	«Что за прелесть эти сказки»	8	3	2		2	1			
5.	«Герои любимых мультфильмов»	5		3	2					
6.	«Братья наши мень- шие»	4				1	1			2
7.	Зимушка-зима	9		3	4	2				
8.	« Наши путеше- ствия»	8	4				2		2	
9.	«В мире игрушек»	6					4	2		
10.	«Весны улыбки теп- лые»	7						2	4	1
11.	«Мир друзей»	7						4	2	1
Всего часов в год		64	8	8	8	8	8	8	8	8

Средний дошкольный возраст (4 – 5 лет)
(занятия проводятся 2 раза в неделю)

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

	<ul style="list-style-type: none"> - «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед); - прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без; - бег на месте и с продвижением вперед и назад.
5.	<p>Классический танец</p> <p>1. Постановка корпуса.</p> <p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти; - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению; <p>3. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - легкий бег на полупальцах; - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции); - перенос корпуса с одной ноги на другую (через <i>battement tendu</i>); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
6.	<p>Народный танец</p> <p>1. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к началу движения (ладошка на талии); - хлопки в ладоши; - взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.); - положение «полочка» (руки перед грудью); - положение «лодочка». <p>2. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая); - простой бытовой шаг; - «Пружинка»-маленькое тройное приседание (по 6 позиции); - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса; - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами; - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции; - простой приставной шаг с притопом; -поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без); - приставной шаг с приседанием; - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота; - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук

	<p>(против хода движения);</p> <ul style="list-style-type: none"> - приставные шаги по парам , лицом друг к другу (положение рук «лодочка»); - «елочка»; - «ковырялочка»; - поклон в русском характере (без рук). <p>3. Танцевальные комбинации.</p>
7.	<p>Танцевальные этюды, танцы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетный танец «Лето».
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
9.	Итоговое контрольное занятие.
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 64 часа	

Средний дошкольный возраст (4 – 5) лет

Перспективный план

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
О К Т Я Б Р Ь	Занятие 1 Вводное занятие	Занятие 3 Партерная гимнастика	Занятие 5 Партерная гимнастика	Занятие 7 Партерная гимнастика
	Занятие 2 Партерная гимнастика	Занятие 4 Партерная гимнастика	Занятие 6 Партерная гимнастика	Занятие 8 Партерная гимнастика
Н О Я Б Р Ь	Занятие 9 Постановка корпуса. Упражнения на ориентировку в пространстве: - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия, колонка.	Занятие 11 (н.т.) Положения и движения рук: - подготовка к началу движения (ладошка на талии). Положения и движения ног: - простой бытовой шаг вперед с каблука.	Занятие 13 Постановка корпуса. Упражнения на ориентировку в пространстве: - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия, колонка.	Занятие 15 (н.т.) Положения и движения рук: - подготовка к началу движения (ладошка на талии). Положения и движения ног: - простой бытовой шаг вперед с каблука.
	Занятие 10 Упражнения для разминки: - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками. Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие построения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал.	Занятие 12 (н.т.) Положения и движения ног: - 6 позиция. Упражнения для разминки: - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов). (к.т) Положения и движения ног: - легкий бег на полупальцах.	Занятие 14 Упражнения для разминки: - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками. Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие построения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал.	Занятие 16 (н.т.) Положения и движения ног: - 6 позиция. Упражнения для разминки: - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов). (к.т) Положения и движения ног: - легкий бег на полупальцах.

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Д Е К А Б Р Ь	<p>Занятие 17 Упражнения на ориентировку в пространстве: - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево.</p> <p>Упражнения на ориентировку в пространстве: - движения по линии танца, против линии танца.</p>	<p>Занятие 19 Упражнения для разминки: - «Цапельки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра.</p>	<p>Занятие 21 Упражнения на ориентировку в пространстве: - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево.</p> <p>Упражнения на ориентировку в пространстве: - движения по линии танца, против линии танца.</p>	<p>Занятие 23 Упражнения для разминки: - «Цапельки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра.</p>
	<p>Занятие 18 (н.т.) Положения и движения ног: - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса.</p> <p>Упражнения для разминки: - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.</p>	<p>Занятие 20 Упражнения для разминки: - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге.</p> <p>Упражнения на ориентировку в пространстве: - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7). (к.т.) Положения и движения ног: -sote (6 позиция).</p>	<p>Занятие 22 (н.т.) Положения и движения ног: - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса.</p> <p>Упражнения для разминки: - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.</p>	<p>Занятие 24 Упражнения для разминки: - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге.</p> <p>Упражнения на ориентировку в пространстве: - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7). (к.т.) Положения и движения ног: -sote (6 позиция).</p>

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Я Н В А Р Ь	<p>Занятие 25 (к.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2,3)</p>	<p>Занятие 27 Упражнения для разминки: - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны. (к.т.) Положения и движения рук: - постановка кисти; - подготовительная позиция; - раскрытие и закрывание рук, подготовка к началу движения.</p>	<p>Занятие 29 (к.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2,3)</p>	<p>Занятие 31 Упражнения для разминки: - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны. (к.т.) Положения и движения рук: - постановка кисти; - подготовительная позиция; - раскрытие и закрывание рук, подготовка к началу движения.</p>
	<p>Занятие 26 (н.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая).</p>	<p>Занятие 28 (к.т.) Положения и движения рук: - позиции рук (1-3); - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.</p>	<p>Занятие 30 (н.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая).</p>	<p>Занятие 32 (к.т.) Положения и движения рук: - позиции рук (1-3); - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.</p>

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Ф Е В Р А Л Ь	<p>Занятие 33 (к.т.) Положения и движения рук: - раскрывание и закрывание рук. Положения и движения ног: - relieve по 6 позиции подряд на каждый сет муз. такта и с фиксацией на верху.</p>	<p>Занятие 35 (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu на носок с переводом на каблук и одновременным приседанием . Положения и движения рук: - хлопки в ладоши.</p>	<p>Занятие 37 (к.т.) Положения и движения рук: - раскрывание и закрывание рук. Положения и движения ног: - relieve по 6 позиции подряд на каждый сет муз. такта и с фиксацией на верху.</p>	<p>Занятие 39 (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu на носок с переводом на каблук и одновременным приседанием . Положения и движения рук: - хлопки в ладоши.</p>
	<p>Занятие 34 (к.т.) Положения и движения ног: - demi-plie (1 поз.). (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu вперед , сторону на носок с переводом на каблук в русском характере.</p>	<p>Занятие 36 (н.т.) Положения и движения ног: - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.</p>	<p>Занятие 38 (к.т.) Положения и движения ног: - demi-plie (1 поз.). (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu вперед , сторону на носок с переводом на каблук в русском характере.</p>	<p>Занятие 40 (н.т.) Положения и движения ног: - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.</p>
М А Р Т	<p>Занятие 41 (к.т.) Положения и движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед). Положения и движения ног: - танцевальный шаг; -танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции).</p>	<p>Занятие 43 (н.т.) Положения и движения ног: - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.</p>	<p>Занятие 45 (к.т.) Положения и движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед). Положения и движения ног: - танцевальный шаг; -танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции).</p>	<p>Занятие 47 (н.т.) Положения и движения ног: - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.</p>

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
М А Р Т	<p>Занятие 42 (н.т.) Положения и движения рук: - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.). Положения и движения ног: - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.</p>	<p>Занятие 44 (н.т.) Положения и движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью). Положения и движения ног: - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).</p>	<p>Занятие 46 (н.т.) Положения и движения рук: - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.). Положения и движения ног: - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.</p>	<p>Занятие 48 (н.т.) Положения и движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью). Положения и движения ног: - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).</p>
	<p>Занятие 49 (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.</p>	<p>Занятие 51 (н.т.) Положения и движения ног: - «Ковырялочка»; - «Ковырялочка» (с притопом).</p>	<p>Занятие 53 (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.</p>	<p>Занятие 55 (к.т.) Положения и движения ног: - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков.</p>
А П Р Е Л Ь	<p>Занятие 50 (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам, лицом друг к другу. Положения и движения рук: - «Лодочка» (положение рук в паре).</p>	<p>Занятие 52 (н.т.) Положения и движения ног: - «Елочка»; - поклон в русском характере (без рук).</p>	<p>Занятие 54 (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам, лицом друг к другу. Положения и движения рук: - «Лодочка» (положение рук в паре).</p>	<p>Занятие 56 (к.т.) Положения и движения ног: - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков.</p>

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
М А Й	Занятие 57 Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето».	Занятие 59 Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето».	Занятие 61 Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето».	Занятие 63 Итоговое контрольное занятие.
	Занятие 58 Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето».	Занятие 60 Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето».	Занятие 62 Подготовка к контрольному итоговому занятию.	Занятие 64 Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Старший дошкольный возраст (5 – 6 лет)

Учебный план

№ п/п	План работы	Количество часов	Период проведения занятий							
			X	XI	XII	I	II	III	IV	V
1.	Диагностика	2	1							1
2.	Отчётный концерт	2				1				1
3.	Мир игрушек	3					1	1		1
4.	Герои – мультфильмов	3		1		1			1	
5.	Природа и животные	3		1				1	1	
6.	Любимые песни	4		1			1		1	1
7.	Имитационные и пантомимические этюды	5	1	1	1		1		1	
8.	Музыкальные игры и этюды, инсценировка песен	6	2		2				1	1
9.	Юмор и шутка	6	1		1		1	2		1
10.	В мире сказок	4		1	1				1	1
11.	Зима, Новый год	5		1	3	1				
12.	Сюжеты композиции и этюды	5		1		1	1	2		
13.	Спортивные композиции	5	1			1	1	1	1	
14.	Наша армия	5	1			2	2			
15.	Настроения в музыке и пластике	6	1	1		1		1	1	1
Всего часов в год		64	8	8	8	8	8	8	8	8

Старший дошкольный возраст (5 – 6 лет)

(занятия проводятся 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года
2.	<p>Классический танец :</p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; - свободное размещение по залу, пары, тройки; <p>3. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перевод рук из одного положения в другое. <p>4. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные); - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; - танцевальный шаг назад в медленном темпе; - шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад). <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
4.	<p>Народный танец :</p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок; - переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца); - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»; - «приглашение». <p>3. Положение рук в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «лодочка» (поворот по руку); - «под ручки» (лицом вперед); - «под ручки» (лицом друг к другу); - сзади за талию (по парам, по тройкам). <p>4. Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом; - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию); - притоп простой, двойной, тройной; - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; - простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад;

	<ul style="list-style-type: none"> -простой дробный ход (с работой рук и без); - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга); - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед , назад; - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками; - танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию); - прыжки с поджатыми ногами; - «шаркающий шаг»; - «елочка»; - «гармошка»; - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад; - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции; - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции. <p><u>(мальчики)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции); - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция). <p><u>(девочки)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями) - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»; - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»; <p>5. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диагональ; - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре; - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка». <p>6. Танцевальные комбинации.</p>
<p>5.</p>	<p>Бальный танец:</p> <p>1. Постановка корпуса, головы, рук и ног.</p> <p>1. Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги: бытовой, танцевальный; - поклон и реверанс; - боковой подъемный шаг; - «боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); - «пике» (одинарный, двойной) в прыжке;

	<p>- легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед.</p> <p>2. Движения в паре:</p> <p>- (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика;</p> <p>- « боковой галоп» вправо, влево;</p> <p>- легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону.</p> <p>3. Положения рук в паре:</p> <p>- основная позиция;</p> <p>- «корзиночка».</p> <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
6.	<p>Этюды:</p> <p>- сюжетный танец «Мотылек»;</p> <p>- «Кадриль»;</p> <p>- «Вальс».</p>
7.	Подготовка к итоговому контрольному занятию
8.	Итоговое контрольное занятие
9.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста
ИТОГО: 64 часа	

Старший дошкольный возраст (5 – 6 лет)

Перспективный план

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
О К Т Я Б Р Ь	Занятие 1 Диагностика уровня музыкаль- но-двигательных способностей де- тей на начало го- да.	Занятие 3 (к.т.) Повторение 1 го- да обучения. Положения и движения ног.	Занятие 5 (к.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: -положение прямо (анфас), полуобо- рот, профиль.	Занятие 7 (к.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - свободное раз- мещение по залу, пары, тройки. Положения и движения ног: - шаги с высоким подниманием но- ги согнутой в ко- лене вперед и назад на полу- пальцах.
	Занятие 2 Повторение 1 года обучения. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Занятие 4 (к.т.) Повторение 1 го- да обучения. Положения и движения рук.	Занятие 6 (к.т.) Положения и движения ног: - шаги на полу- пальцах с про- движением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в мед- ленном темпе.	Занятие 8 (к.т.) Танцевальная комбинация, ос- нованная на элементах клас- сического танца.
Н О Я Б Р Ь	Занятие 9 (к.т.) Танцевальная комбинация, ос- нованная на эле- ментах классиче- ского танца.	Занятие 11 (к.т.) Сюжетный танец	Занятие 13 (н.т.) Повторение 1 го- да обучения. Положения и движения рук.	Занятие 15 (н.т.) Положения и движения рук: - положение рук на поясе – кулач- ком; - смена ладочки на кулачок.
	Занятие 10 (к.т.) Сюжетный танец	Занятие 12 (н.т.) Повторение 1 го- да обучения. Положения и движения ног.	Занятие 14 (н.т.) Повторение 1 го- да обучения. Положения и движения ног.	Занятие 16 (н.т.) Движения ног: - шаг с каблука в народном харак- тере; - простой шаг с притопом.

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Д Е К А Б Р Ь	Занятие 17 (н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).	Занятие 19 (н.т.) Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).	Занятие 21 (н.т.) Положения и движения рук: - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка».	Занятие 23 (н.т.) Движения ног: Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад.
	Занятие 18 (н.т.) Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта).	Занятие 20 (н.т.) Положения и движения рук: - «приглашение». Движения ног: - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу.	Занятие 22 (н.т.) Положения рук в паре: - «лодочка» (поворот под руку).	Занятие 24 (н.т.) Движения ног: - простой дробный ход (с работой рук и без).
Я Н В А Р Ь	Занятие 25 (н.т.) Положения рук в паре: - «под ручки» (лицом вперед). Движения ног: - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).	Занятие 27 (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения : колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.	Занятие 29 (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - диагональ.	Занятие 31 (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.
	Занятие 26 (н.т.) Положения рук в паре: - «под ручки» (лицом друг к другу). Движения ног: -простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками.	Занятие 28 (н.т.) Положения рук в паре: - сзади за талию (по парам, тройкам). Движения ног: - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию).	Занятие 30 (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «змейка»; - «ручеек».	Занятие 32 (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Ф Е В Р А Л Ь	Занятие 33 (н.т.) Движения ног: - прыжки с поджатыми ногами.	Занятие 35 (н.т.) Движения ног: - «елочка»; (мальчики): - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).	Занятие 37 (н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; (девочки): - маленькое приседание (с наклонном корпуса), руки перед грудью «полочка».	Занятие 39 (н.т.) Движения ног: (мальчики): - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); (девочки): - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».
	Занятие 34 (н.т.) Движения ног: - «шаркающий шаг».	Занятие 36 (н.т.) Движения ног: - «гармошка»; (девочки): - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).	Занятие 38 (н.т.) Движения ног: - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад.	Занятие 40 (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «звездочка».
М А Р Т	Занятие 41 (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «корзиночка».	Занятие 43 (н.т.) Движения ног: - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.	Занятие 45 (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.	Занятие 47 (н.т.) «Кадриль».
	Занятие 42 (н.т.) Движения ног: - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции.	Занятие 44 (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.	Занятие 46 (н.т.) «Кадриль».	Занятие 48 (б.т.) Постановка корпуса, головы, рук и ног. Движения ног: - шаги: бытовой и танцевальный. Движения ног: - поклон, реверанс.

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
А П Р Е Л Ь	Занятие 49 (б.т.) Движения ног: - «боковой галоп» простой (по кругу).	Занятие 51 (б.т.) Движения ног: - «пике» (одинарный) в прыжке.	Занятие 53 (б.т.) Положения рук в паре: - основная позиция. Движения ног: - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед.	Занятие 55 (б.т.) Движения в паре: - «боковой галоп» вправо, влево.
	Занятие 50 (б.т.) Движения ног: - «боковой галоп» с приподом (по линиям).	Занятие 52 (б.т.) Движения ног: - «пике» (двойной) в прыжке.	Занятие 54 (б.т.) Движения в паре: - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика.	Занятие 56 (б.т.) Движения в паре: - легкое покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам.
М А Й	Занятие 57 (б.т.) Движения ног: - боковой подъемный шаг.	Занятие 59 (б.т.) Танцевальная комбинация, построенная на элементах балетного танца.	Занятие 61 Подготовка к контрольному итоговому занятию.	Занятие 63 Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.
	Занятие 58 (б.т.) Положения рук в паре: - «корзиночка».	Занятие 60 (б.т.) Танцевальная комбинация, построенная на элементах балетного танца.	Занятие 62 Итоговое контрольное занятие.	Занятие 64 Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Старший дошкольный возраст (6 – 7 лет)

Учебный план

№ п/п	План работы	Количество часов	Период проведения занятий							
			X	XI	XII	I	II	III	IV	V
1.	Диагностика	2	1							1
2.	Отчётный концерт	2				1				1
3.	Мир игрушек	3					1	1		1
4.	Герои – мультфильмов	3		1		1			1	
5.	Природа и животные	3		1				1	1	
6.	Любимые песни	4		1			1		1	1
7.	Осень	5	1	1	1		1		1	
8.	Музыкальные игры и этюды, инсценировка песен	6	2		2				1	1
9.	Юмор и шутка	6	1		1		1	2		1
10.	В мире сказок	4		1	1				1	1
11.	Сюжеты композиции и этюды	5		1	3	1				
12.	Спортивные композиции	5		1		1	1	2		
13.	Настроения в музыке и пластике	5	1			1	1	1	1	
14.	Самостоятельное творчество, составление композиций	5	1			2	2			
15.	Зима. Новый год	6	1	1		1		1	1	1
	Всего часов в год	64	8	8	8	8	8	8	8	8

Старший дошкольный возраст (6 – 7 лет)
(занятия 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года
2.	Классический танец: 1. Повтор 2 года обучения. 2. Танцевальные комбинации.
3.	Народный танец: 1. Повтор 2 года обучения. 2. Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки). 3. Движения ног: - поклон в русском характере; - кадильный шаг с каблука; - шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу); - пружинящий шаг; - хороводный шаг; - хороводный шаг с остановкой ноги сзади; - хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок; - переменный ход вперед, назад; - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук); - ковырялочка с подскоком; - боковое «припадание» по 3 поз.; - «припадание» в повороте; - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону; - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад); - подготовка к «веревочке»; - «веревочка»; - прыжок с поджатыми; <u>(девочки):</u> - вращение на полупальцах; <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»); - присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу; - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каб-

	<p>лук;</p> <ul style="list-style-type: none"> - скользящий хлопок по бедру, по голени; -одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад; - «гусиный шаг». <p>4. Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соскок на две ноги лицом друг к другу; - пружинящий шаг под ручку (в повороте). <p>6. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «воротца»; - «карусель». <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
<p>4.</p>	<p>Бальный танец:</p> <p>1. Повтор 2 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения ног:</p> <p>Полька:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг польки (по одному, по парам); - раг польки в сочетании с подскоками; - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад); - прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам). <p>Вальс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг вальса (по одному, по парам); - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад). <p>Полонез:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг полонеза; - раг полонеза в парах по кругу. <p>Чарльстон:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основное движение – «чарльстона»; - двойной чарльстон; - чередование одинарного и двойного чарльстона; - чарльстон с точкой вперед, назад, с продвижением вперед, назад, с поворотом; - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны. <p>3. Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину; - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта). <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
<p>5.</p>	<p>Этюды:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Русская плясовая»; - «Полька»; - «Чарльстон».

6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста
ИТОГО: 64 часа	

Старший дошкольный возраст (6 – 7 лет)

Перспективный план

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
О К Т Я Б Р Ь	Занятие 1. Диагностика уровня музыкально- двигательных способностей де- тей на начало го- да.	Занятие 3. Повторение 2 го- да обучения. Классический та- нец (положения и движения ног).	Занятие 5. Повторение 2 го- да обучения. Народный танец (движения ног, упражнения на ори- ентировку в про- странстве).	Занятие 7. (н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положе- ния в другое.
	Занятие 2. Повторение 2 го- да обучения. Классический танец (упражнения на ори- ентировку в про- странстве, положе- ния и движения рук).	Занятие 4. Повторение 2 года обучения. Народный танец (положения и движения рук, по- ложения рук в па- ре).	Занятие 6. Повторение 2 го- да обучения. Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).	Занятие 8. (н.т.) Движения ног: - поклон в рус- ском характере.
Н О Я Б Р Ь	Занятие 9. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг.	Занятие 11. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.	Занятие 13. (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хло- пок в ладоши - «га- релочки»; (девочки): - взмахи платочком.	Занятие 15. (н.т.) Движения ног: - боковое «припа- дание» по 3 пози- ции.
	Занятие 10. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с остановкой ноги сзади.	Занятие 12. (н.т.) Движения ног: - переменный ход вперед, назад.	Занятие 14. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца»; - «карусель».	Занятие 16. (н.т.) Движения ног: - «припадание» в повороте.
Д Е К А Б Р Ь	Занятие 17. (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хло- пок по бедру, по голени.	Занятие 19. (н.т.) Танцевальная ком- бинация, основан- ная на движениях народного танца (хороводная).	Занятие 21. (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (каблуком по по- лу).	Занятие 23. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг.
	Занятие 18. (н.т.) Танцевальная ком- бинация, основан- ная на движениях народного танца (хороводная).	Занятие 20. (н.т.) Движения ног: - кадильный шаг с каблука.	Занятие 22. (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (полупальцами по полу).	Занятие 24. (н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» (с приподниманием, с присе- данием, с открыва- нием рук).

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Я Н В А Р Ь	<p>Занятие 25. (н.т.) Движения ног: «ковырялочка» с подскоком.</p>	<p>Занятие 27. (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.</p>	<p>Занятие 29. (н.т.) Движения ног: - «веревочка».</p>	<p>Занятие 31. (н.т.) Движения ног: (мальчики): - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»).</p> <p>Движения в паре: - соскок на две ноги лицом друг другу.</p>
	<p>Занятие 26. (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте.</p>	<p>Занятие 28. (н.т.) Движения ног: - подготовка к «веревочке».</p>	<p>Занятие 30. (н.т.) Движения ног: - прыжок с поджатыми; (мальчики): - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком).</p>	<p>Занятие 32. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку по кругу; (мальчики): - присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу.</p>
Ф Е В Р А Л Ь	<p>Занятие 33. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку в повороте; (мальчики): - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.</p>	<p>Занятие 35. (н.т.) Движения ног: (девочки): - вращение на полупальцах; (мальчики): - «гусиный шаг».</p>	<p>Занятие 37. (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</p>	<p>Занятие 39. Повтор 2 года обучения. Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре).</p>
	<p>Занятие 34. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца».</p> <p>Движения ног: (мальчики): - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад.</p>	<p>Занятие 36. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «карусель».</p> <p>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</p>	<p>Занятие 38. «Русская плясовая».</p>	<p>Занятие 40. (б.т.) Движения ног: Полька: - раг польки (по одному); - раг польки (по парам).</p>

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
М А Р Т	Занятие 41. (б.т.) Движения ног: Полька: - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте.	Занятие 43. (б.т.) Движения ног: Полька: - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад).	Занятие 45. (б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях балльного танца («Полька»).	Занятие 47. (б.т.) Движения ног: Вальс: - раг вальса (по одному, по парам).
	Занятие 42. (б.т.) Движения ног: Полька: - раг польки в сочетании с «подскоками».	Занятие 44. (б.т.) Движения ног: Полька: - прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.	Занятие 46. (б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях балльного танца («Полька»).	Занятие 48. (б.т.) Движения ног: Вальс: - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад).
А П Р Е Л Ь	Занятие 49. (б.т.) Движения в паре: - легкий бег на полупальцах по парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину); - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка выполняет поворот под руку на сильную долю такта).	Занятие 51. (б.т.) Движения ног: Полонез: - раг полонеза; - раг полонеза (в парах, по кругу).	Занятие 53. (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - основное движение «Чарльстона».	Занятие 55. (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - чередование двойного и одинарного чарльстона.
	Занятие 50. (б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях балльного танца («Вальс»).	Занятие 52. (б.т.) Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»).	Занятие 54. (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - двойной чарльстон.	Занятие 56. (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - чарльстон с точкой вперед, назад.
М А Й	Занятие 57. (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - чарльстон с продвижением вперед, назад и с поворотом.	Занятие 59. «Чарльстон».	Занятие 61. Подготовка к контрольному итоговому занятию.	Занятие 63. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
М А Й	Занятие 58. (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны.	Занятие 60. «Чарльстон».	Занятие 62. Итоговое кон- трольное заня- тие.	Занятие 64. Диагностика уровня музы- кально- двигательных способностей де- тей.

Педагогическая диагностика уровня усвоения программы

1 балл - ребёнок испытывает трудности при выполнении движения после показа педагога, хотя присутствует желание воспроизводить движения также хорошо. Навыков выразительности нет;

2 балла - выполняет движения хорошо, владеет навыками эмоционально-выразительного исполнения;

3 балла - имеет творческое воображение, импровизирует, движения эмоционально окрашены, имеет навыки актёрской выразительности. Сразу может повторить после показа педагога.

С воспитанниками проводится диагностика в начале и в конце учебного года. Карта определения уровня освоения программы заполняется на каждую группу 2 раза в год.

№	Ф.И. воспитанника	Уровни усвоения программы		
		А	Б	В
1.				

По окончании каждого полугодия обучения планируется отчетный концерт для родителей работников и воспитанников детского сада.

Оборудование

Музыкальный зал	Музыкальное оснащение
	Ковровое покрытие
	Зеркала
	Гимнастические палки
	Скакалки
	Мячи
	Ленты
	Обручи
	Элементы костюмов
	Костюмы
	Реквизит к танцам
	Танцевальная форма
	Физкультурный зал
Зеркала	
Гимнастические палки	
Скакалки	
Мячи	
Ленты	
Обручи	
Элементы костюмов	
Костюмы	
Реквизит к танцам	
Танцевальная форма	

Руководитель студии использует в своей работе: музыкальный центр, с записями ритмичной музыки для сопровождения занятий; видеозаписи разнообразных танцевальных движений, а так же мультимедийную систему.

Требования к музыкальному сопровождению

Основное положительное влияние музыки проявляется в улучшении двигательной реакции. Также музыка активизирует волевые усилия, вызывает эмоциональные переживания и стремление к творчеству. Она должна быть ритмичной, жизнерадостной, побуждать к движениям. Как показывают исследования, мелодии, доставляющие человеку удовольствие, создающие приятное настроение, замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, снижают артериальное давление, расширяют сосуды, положительно влияют на работу мышц. И, наоборот, когда музыка раздражает - пульс учащается, сила сердечных сокращений становится слабее и работа мышц снижается.

Танец в сочетании с игрой помогает переработать напряжение чувств, а музыка способствует выражению радости и легкости исполнения движений. Мы хорошо знаем, что именно музыкальные игры пользуются у детей большой любовью, вызывают у них веселое настроение, укрепляют жизненный тонус. Дети «вживаются» в разнотипные образы, проявляя своеобразный индивидуальный артистизм. Такая работа педагога с ребенком несет в себе ценностно-познавательный смысл, необходимый для личностного и общественного развития детей. Такое включение ребенка в активную хореографическую деятельность позволяет ему приобретать жизненный практический опыт.

Музыкальное сопровождение на занятиях хореографией должно быть непрерывным, ритмичным и состоять из популярных мелодий. С занятиями дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом.

Для того, чтобы дети умели соотносить музыкальную композицию со своими движениями, их необходимо познакомить с простейшими музыкальными понятиями:

- Музыкальный квадрат;
- Ритм и темп музыки;
- Начало музыкальной фразы.

Ритм – временная организация музыкальных звуком, основанная на чередовании слабых и сильных ударений. Благодаря музыкальным средствам, ритм отмечается акцентами. В инструментальной музыке количество акцентов выделяют с помощью ударных инструментов. Подсчитав количество акцентированных звуков за единицу времени, можно определить темп, от которого зависит скорость выполнения упражнений.

С первых занятий у детей должна активизироваться связь между музыкой и движением. Они должны понять и уяснить простые правила:

- Музыка – хозяйка на занятиях, без неё не может быть музыкальной

игры, она руководит в музыкальных упражнениях и самостоятельной работе;

- Музыка надо «беречь», во время звучания нельзя шуметь, говорить, смеяться;

- Музыка надо слушать с начала до конца, начинать двигаться с началом музыки и прекращать движение с окончанием звучания.

На каждом занятии проходятся все разделы программы – слушание музыки, учебно-тренировочная и постановочная работа, импровизация. Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Воздействие музыкального произведения, под звуки которого ребенок двигается, способствует установлению баланса между процессами возбуждения и торможения, а также эмоциональной гибкости переключаемости с отрицательных эмоций на положительные. С раннего детства ребенок учится управлять своими эмоциями благодаря процессу творчества. Умение понимать музыку – неотъемлемая часть общей культуры, к которой нужно приобщаться с юных лет.

Большое значение имеет настрой перед занятием и сразу после него. Музыка помогает быстрее включиться в предстоящую работу, а также выйти из нее. Для занятий музыкальное сопровождение следует подбирать в зависимости от возраста занимающихся, их подготовленности, интересов, этапа обучения, структуры урока, решаемых задач и т.д. Музыкальные программы желательно постоянно обновлять, использовать различные музыкальные произведения.

Знакомить детей с музыкальными понятиями, развивать музыкальный слух целесообразно в игровой деятельности и на музыкальных занятиях.

Синтез музыки, физических упражнений, хореографии и фантазии - отличная возможность развития у детей чувства ритма, музыкального такта, умения слушать музыку и откликаться на нее красивыми движениями тел.

Список рекомендуемой литературы:

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
3. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.
4. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.
5. Богданов Г. урок русского народного танца. – М., 1995.
6. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца. – М., 1959.
7. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.
8. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.
9. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.