

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г.ЕКАТЕРИНБУРГА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 550 «АКАДЕМИЯ УСПЕХА»  
620041, г. Екатеринбург, ул. Советская, 8а, тел. 341-42-58

---

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом Центра  
Протокол № 4  
от «28» августа 2017г.

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий МАДОУ ЦРР - детский сад  
№ 550 «Академия Успеха»  
О.И.Ковдрачева  
Приказ № 80  
от «28» августа 2017г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3 – 5 ЛЕТ)  
СТУДИИ СПОРТИВНОГО ТАНЦА  
«ТАНЦУЮЩИЕ ОГОНЬКИ»  
(срок реализации программы 2 года)

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Аверкиева Светлана Спартаковна

Екатеринбург, 2017г.

## **Содержание**

### **I Раздел**

1.1 Пояснительная записка	<b>3</b>
1.2 Цель, задачи программы	<b>5</b>
1.3 Организация и содержание деятельности по программе	<b>6</b>
1.4. Планируемые результаты	<b>8</b>

### **II Организационно - педагогические условия**

2.1. Календарный учебный график	<b>9</b>
2.2. Условия реализации программы	<b>10</b>
2.3. Оценочные материалы	<b>10</b>
2.4. Методические материалы	<b>10</b>
2.5. Рабочая программа (модули) курсов программы	<b>11</b>
Список литературы	<b>31</b>

## I. Раздел

### 1.1. Пояснительная записка

Согласно «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам<sup>1</sup>», «Концепции развития дополнительного образования детей<sup>2</sup>» содержание дополнительных образовательных программ должно быть ориентировано на: формирование и развитие творческих способностей учащихся; удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном и интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся; обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, трудового воспитания учащихся.

Во исполнение Федерального Закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» содержание и сроки обучения по дополнительным общеобразовательным программам определяются и утверждаются организацией, осуществляющей по ним образовательную деятельность (Закон № 273-ФЗ гл. 2, ст. 12, п. 5; гл. 10, ст. 75, п. 4)<sup>3</sup>. Содержание программы оформляется в учебном плане.

В соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»: организации, осуществляющие образовательную деятельность, реализуют дополнительные общеобразовательные программы в течение всего календарного года, включая каникулярное время (п.6).

Во исполнение СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»: Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N2562 (с изменениями) максимально допустимый объем образовательной нагрузки должен соответствовать возрастным особенностям детей (раздел XI п. 11.4 – 11.13).

На основании документа «Комментарии к ФГОС дошкольного образования Минобрнауки России от 28 февраля 2014 года № 08-249», реализация программы не подразумевает ограничений на оказание дополнительных платных образовательных услуг воспитанникам. Получение воспитанниками таких услуг регламентируется договором. В случае, если Программа реализуется в течение всего времени пребывания детей в учреждении, получение воспитанником дополнительной платной услуги может осуществляться одновременно с реализацией Программы в группе при условии фактического отсутствия воспитанника в группе. Поскольку дошкольное образование не является обязательным, родители (законные представители) воспитанника используют свое право на выбор формы получения ребенком образования и Организации, осуществляющей образовательную деятельность<sup>4</sup>.

---

<sup>1</sup> Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», п.9. [Электронный ресурс] – URL: <http://www.rg.ru/2013/12/11/obr-dok.html>

<sup>2</sup> 6 Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р). [Электронный ресурс] – URL: <http://www.consultant.ru/law/hotdocs/36940.html>

<sup>3</sup> Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ (с изменениями)

<sup>4</sup> Комментарии к ФГОС дошкольного образования Минобрнауки России от 28 февраля 2014 года № 08-249

В соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 15 августа 2013 г. N 706 г. Москва "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг" платные образовательные услуги не могут быть оказаны вместо образовательной деятельности, финансовое обеспечение которой осуществляется за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, бюджетов субъектов Российской Федерации, местных бюджетов.

Организации, осуществляющие образовательную деятельность за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, бюджетов субъектов Российской Федерации, местных бюджетов, вправе осуществлять за счет средств физических и (или) юридических лиц платные образовательные услуги, не предусмотренные установленным государственным или муниципальным заданием, либо соглашением о предоставлении субсидии на возмещение затрат, на одинаковых при оказании одних и тех же услуг условиях.

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная.

### **Актуальность программы**

Основная педагогическая задача в период дошкольного детства – это воспитать ребенка физически и эстетически совершенным. И одним из многочисленных способов является хореография. Танцевальное искусство существует с древних времен, тогда оно было простым выражением сильных эмоций. Со временем умение правильно и красиво двигаться стало считаться одним из главных элементов воспитания культурного человека. Танец не только помогает осознать красоту движения, гармонию музыки и пластики, гармонию и красоту мироздания, но и очень тесно связан со здоровьем и физической красотой человека. Во время исполнения танца увеличивается нагрузка на мышцы, что является замечательной тренировкой для всего организма: вырабатывается правильная осанка, развивается ловкость, гибкость и координация. У ребенка, занимающегося хореографией, раскрываются индивидуальные творческие способности, закрепляются навыки концертных выступлений, наблюдается положительная динамика в самооценке, развиваются воображение, умение передавать музыку и содержание образа движением. Благодаря танцам происходит активное общение детей, ведь из всех видов увлечений танец наиболее ярко выражает непосредственность, искренность эмоционального порыва. Такая положительная со всех сторон энергия, питает эстетический, интеллектуальный и моральный рост ребёнка.

**Адресат программы** – дети дошкольного возраста с 3 до 5 лет.

**Продолжительность реализации программы** – 2 года.

**Общее количество учебных часов** – 100 часов /2 года обучения, рассчитан на 36 недель в год, с недельной нагрузкой – 2 раза в неделю. Форма организации занятий – подгрупповая (по возрастам). 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут.

В рабочей программе определены виды интеграции образовательных областей и целевые ориентиры дошкольного образования.

**Форма обучения** – очная.

**Особенности организации образовательного процесса** – подгрупповая, индивидуальная.

**Режим, периодичность и продолжительность образовательной деятельности по программе** – в соответствии с учебным планом и расписанием непрерывной образовательной деятельности, в соответствии с возрастом воспитанников. Периодичность – 2 раза в неделю.

## 1.2. Цели и задачи реализации программы

**Цель программы** - нравственно-эстетическое и физическое развитие детей; охват занятиями танцем всех желающих, независимо от их способностей и внешних данных; максимальное развитие творческих способностей воспитанников.

**Задачи программы:**

- улучшить физическое состояние детей путем укрепления мышц тела, увеличения гибкости шеи и позвоночника, подвижности суставов
- повысить выносливость и работоспособность детей
- развить музыкальный слух, чувство ритма, координацию
- научить детей владеть всеми частями тела
- дать элементарные знания по теории танца, этике и культуре поведения в паре и в коллективе
- научить детей технически верно и красиво исполнять отдельные движения современных танцев
- предоставить возможность дальнейшего развития способностей воспитанников, создать фундамент для более серьезного увлечения хореографией.
- выработать стремление к самостоятельному мышлению, проявлению творческой фантазии, собственной инициативы, желание творить вместе с руководителем, а затем создавать что-то свое.

## 1.3. Организация и содержание деятельности по программе

**Первый год обучения.**

№	Название раздела	Тема занятий	Количество часов
1	Вводное занятие.	«Давайте познакомимся»	1
2	Музыкально ритмические движения.	«Здравствуй сказка»	7
		«В коробке с карандашами»	8
		«На птичьем дворе»	8
		«Зимняя сказка»	8
3	Элементы русского танца.	«Во саду ли в огороде»	12
4	Детский бальный танец, ритмика.	«Приглашение к танцу»	12
		«Я хочу танцевать»	8
5	Элементы эстрадного танца.	«Давайте построим большой хоровод»	8
итоги:			72

## Второй год обучения.

№	Название раздела	Тема занятий	Количество часов
1	Вводное занятие.	«Встанем, дети, в круг»	1
2	Музыкально ритмические движения.	«Осенняя прогулка»	7
		«В гостях у Белоснежки»	8
3	Элементы русского танца.	«Лесные приключения»	8
4	Детские бальные танцы.	«Путешествие в сказку»	8
5	Элементы народного танца.	«Из бабушкиного сундучка»	12
6	Детский бальный танец, элементы историко-бытового танца.	«Мы собираемся на бал»	12
		«Навстречу к солнцу»	8
7	Элементы эстрадного танца.	«Веселая карусель»	8
итого:			72

Программа сочетает элементы музыкально-ритмического воспитания и методику изучения основ классического, народного и современного танцев. Музыкально-ритмические занятия помогают детям понять, услышать и уловить ритм музыки и движения. Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций. Современный танец раскрепощает ребенка, позволяет свободно выражать свои эмоции и настроение, тренирует координацию и тренирует все группы мышц.

**Основные формы обучения:** групповые (фронтальные) и индивидуальные (при постановке сольного танца или дуэта).

**Основные виды и содержание занятий:** рабочее занятие – разучивание новых танцевальных элементов, постановочное занятие – постановка и разучивание танца на основе уже знакомых движений и связок, творческое занятие – выполнение творческих заданий воспитанниками.

Занятие делится на 2 части: подготовительную (разминка) и основную (непосредственно работа над танцами).

## **Структура занятия:**

### План рабочего занятия:

1. приветствие – поклон;
2. танцевальная разминка;
3. разучивание новых танцевальных элементов;
4. прощание – поклон.

### План постановочного занятия:

1. приветствие – поклон;
2. танцевальная разминка;
3. постановка (разучивание) танца;
4. прощание – поклон.

### План творческого занятия:

1. приветствие – поклон;
2. творческое занятие;
3. свободная пластика;
4. прощание – поклон.

**Основные методы обучения:** словесные (беседа, объяснение, убеждение, поощрение), наглядные (показ, пример), практические (упражнения), аналитические (сравнение, самоконтроль, самоанализ), результативность (знания и умения, творческое отношение, выступления на концертах и конкурсах).

## **1.4. Планируемые результаты работы:**

### **Ребенок может знать:**

1. Основные положения и постановки рук и ног.
2. Названия частей тела.
3. Правила построения в шеренгу, колонну, круг.
4. Определение линии и направления движения в танце.
5. Правила поведения на занятиях, на сцене, в зрительном зале.
6. Характер танцевальной музыки.
7. Виды темпа.

### **Ребенок может уметь:**

1. Ориентироваться в танцевальном зале, на сцене.
2. Самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны.
3. Исполнять поклон, приглашение на танец.
4. Двигаться в соответствии с характером музыки.
5. Точно реагировать на изменения темпа.
6. Уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой.
7. Выполнять движения в «зеркальном отражении».
8. Самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию, обращая внимание на выразительность и техничность исполнения.

**Формы подведения итогов:** демонстрация разученных танцев на музыкальных утренниках, открытые занятия.

## II. Организационно-педагогические условия

### 2.1. Календарный учебный график

<i>Содержание</i>	<i>2 мл.гр.</i>	<i>Средняя гр.</i>
	<i>3-4 года</i>	<i>4-5 лет</i>
Количество возрастных групп	2	3
Начало учебного года	01.09.2016	01.09.2016
Адаптационный период	-	-
Окончание учебного года	31 мая	31 мая
Летне-оздоровительный период	С 01.06.2018 по 31.08.2018г.	
Продолжительность учебного года	34 недели	34 недели
Продолжительность учебной недели	5 дней	5 дней
Время проведения НОД	15 минут	20 минут
Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в неделю	2 часа 45 минут (165 минут)	4 часа (240 минут)
Регламентированный ОП, половина дня	Первая половина дня	Первая половина дня
Сроки проведения мониторинга педагогических условий	01.09. – 13.09.16 19.05.17 – 30.05.17	01.09. – 13.09.16 19.05.17– 30.05.17
Праздничные дни	4 ноября, 1-9 января, 23 февраля, 8 марта, 1,8,9 мая, 12 июня	



## 2.2. Условия реализации программы

**Материально-техническое обеспечение** – для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, концерты, творческие отчеты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т.д. Кроме того, необходимы следующие средства обучения:

- Светлый и просторный зал.
- Музыкальная аппаратура.
- Тренировочная одежда и обувь.
- Сценические костюмы.
- Реквизит для танцев.

## 2.3. Оценочные материалы

Мониторинг хореографических способностей по методике Э.П. Костиной. Обследование детей прослеживается на занятии. Во время занятий наблюдается выполнение танцевальных элементов, музыкально - ритмических упражнений, манера и характер исполнения движений, эмоциональное восприятие музыкального сопровождения и определяется уровень способности каждого ребенка.

Рекомендуемая методика предполагает общую систему оценки хореографических способностей по 3-балльной шкале:

- 3 балла – ребенок выполняет самостоятельно предложенные задания;
- 2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания;
- 1 балл – ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает.

По результатам диагностики определяются дети, кому необходимы индивидуальные занятия по хореографии.

Мониторинг распределяется по оценочным таблицам. Результаты (высокий, средний, низкий) оцениваются по показателям качества освоения ребенком музыкально-ритмической деятельности:

1. Интерес и потребность к восприятию музыки и движений.
2. Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений.
3. Наличие творчества в исполнении выразительности фиксированных движений игр и плясок.

Показатели качества освоения ребенком музыкально - ритмической деятельности (по Э.П.Костиной):

1. Интерес и потребность к восприятию музыки и движений.
2. Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений.
3. Наличие творчества в исполнении выразительности движений игр и плясок.

### Индивидуальные особенности.

Целостное восприятие деятельности- восприятие выразительности, игрового содержания, понимание сюжета игры или композиции танца:

- восприятие азбуки основных видов движений музыкально-ритмической деятельности: основных, сюжетно-образных и танцевальных;
- восприятие ориентировки в пространстве;
- выразительность исполнения музыкально-ритмического репертуара: передача характера, сюжета игры, композиции танца;
- наличие развитого чувства ансамбля;
- самостоятельность исполнения упражнений, танцев и др.;
- творческая импровизация передачи игрового образа.
- творческая импровизация в свободной пляске.

## 2.4. Методические материалы

**Методы обучения:** словесный, наглядный практический, игровой, дискуссионный, проектный и др.; воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.).

**Формы организации образовательного процесса:** индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

**Педагогические технологии** - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающая технология и др.

### КАРТотеКА ПРИМЕРНЫХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (РАЗМИНКА)

#### **Движения головой:**

- наклон вперед и назад;
- наклон влево и вправо;
- поворот вправо и влево;
- круговое движение влево и вправо;
- выдвигание влево и вправо;
- выдвигание вперед и назад.

#### **Движение плечами:**

- поднимание и опускание одновременно двумя плечами;
- поднимание и опускание поочередно;
- отведение назад и приведение вперед одновременно двумя плечами;
- отведение назад и приведение вперед поочередно;
- круговое движение вперед и назад одновременно двумя плечами;
- круговое движение вперед и назад поочередно.

#### **Движение руками:**

- поднимание и опускание прямых рук в разных направлениях;
- поднимание и опускание согнутых рук в разных направлениях;
- вращательные движения согнутыми в локтях руками перед собой наклоняясь вперед и назад («моторчик»);
- вращательные движения согнутыми в локтях руками перед собой поворачивая корпус влево и вправо («моторчик»);
- «ударные», пружинистые движения вниз и в сторону одновременно двумя локтями;
- «ударные», пружинистые движения вниз и в сторону поочередно правым и левым локтем;
- одинарные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу;
- двойные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу;
- тройные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу;
- одинарные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам;
- двойные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам;
- тройные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам диагональное движение правой рукой: правая рука сначала показывает вверх вправо, потом вниз влево диагональное движение левой рукой: левая рука сначала показывает вверх влево, потом вниз

вправо «горизонтальная волна» (выполняется горизонтальным волнообразным движением руки от кончиков пальцев до локтя) правой и левой рукой;

- «вертикальная волна» (выполняется вертикальным волнообразным движением руки от кончиков пальцев до локтя) правой и левой рукой;
- сжимание и разжимание пальцев в различных положениях рук одновременно двумя руками;
- сжимание и разжимание пальцев в различных положениях рук поочередно правой и левой рукой
- сжимание и разжимание пальцев рук в различных ритмических рисунках и темпе.

#### **Движение корпусом:**

- наклон прямого туловища вперед и назад, влево и вправо;
- наклон расслабленного, мягкого туловища, с головой вперед-назад, влево-вправо;
- сдвигание вперед и назад, влево и вправо;
- круговое движение: выдвигание вперед-сдвигание влево-выдвигание назад — сдвигание вправо;
- «волна-2» (выполняется вертикальное волнообразное движение туловищем, начиная с головы и закачивая тазом).

#### **Движение ногами:**

- одинарные притопы одной и двумя ногами;
- двойные притопы одной и двумя ногами;
- тройные притопы одной и двумя ногами;
- приставные шаги влево и вправо, вперед и назад;
- шаг марша на месте и с продвижением в различном темпе;
- выставление ноги на носочек и на пяточку в разных направлениях;
- поднимание и опускание прямой в колене ноги в разных направлениях;
- поднимание и опускание согнутой в колене ноги в разных направлениях;
- махи ногой вперед и назад, вправо и влево;
- «гармошка» (простая и усложненная);
- «ковырялочка» с притопами, поворотом, прыжком, хлопком.

#### **Ходьба:**

- на носочках;
- в полуприсяде с притопом чередуясь с поворотом, с прыжком сочетая с хлопками, притопами, разворотом корпуса вправо и влево с различным положением и движением рук боковой и прямой скрестный шаг.

#### **Пространственная ориентация и построение**

- Шеренга
- Колонна
- Построения и перестроения по два и по четыре
- Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно
- Круг по одному, парами, лицом и спиной
- Принцип дробления и собирания круга.

#### **Подскоки:**

- на месте
- с продвижением вперед и назад
- влево и вправо

#### **Галоп:**

- прямой
- боковой

**Вращения:**

- на месте и с продвижением
- на одной ноге на месте и с продвижением
- в беге и прыжках

**Приседание и полуприседания:**

- на двух ногах с отведенной ногой в сторону, вперед и назад
- пружинка обычная и разворотом корпуса вправо и влево

**Прыжки:**

одинарные, двойные, тройные, на двух и одной ноге на месте на одной и двух ногах с продвижением вперед и назад, влево и вправо, в повороте на месте и с продвижением ноги вместе — ноги врозь на месте и с продвижением ноги вместе — ноги крест накрест на месте и с продвижением

- выпад вперед на одну ногу, прыжком поменять ноги («лыжи»)
- двойной прыжок на месте и с продвижением — ноги врозь в полуприсед
- в различных ритмических

рисунка.

## **МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИ УПРАЖНЕНИЯ**

- хлопки в ладошки на счет и через счет
- топание ногой на счет и через счет
- комбинации хлопков на различных ритмических рисунках
- уменьшение круга на уменьшение звука, увеличение круга на усиление звука
- поднимание и опускание рук на определенный счет
- ходьба на каждый счет и через счет
- прыжки на каждый счет и через счет
- игра в «ладушки» с партнером на определенный счет

## **ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА**

- постановка корпуса
- понятие рабочая нога и опорная нога
- положение рук
- положение и поворот головы
- приседания (plie)
- приведение и отведение ноги вперед, в сторону и назад (battement tendu)
- поднимание на полупальцы и опускание (releve)
- перегиб корпуса вперед и в сторону

## **ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА**

- поклон
- положение рук (на пояс с раскрытыми пальцами и в кулачке, полочка, в стороны, вверх, с платком)
- положение рук в паре (за руки внизу, вытянутые вперед, под руку, за плечи, за спину)
- движение рук
- Простой, боковой, переменный ход, притопы, удары полупальцами и каблукком
- «ковырялочка»
- «гармошка»
- галоп, подскоки
- присядка
- «ползунок»
- хлопки и хлопушки
- вращения на полупальцах и в беге

## **ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА**

Различные движения:

- головой
- руками
- плечами
- корпусом
- ногами
- вариативные прыжки на месте и с продвижением
- наклоны и прогибы

## **ТВОРЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**

- показать как танцуют куклы
- показать как танцуют роботы
- показать как танцуют животные (кошка, обезьяна, бабочка, попугай и др.)
- показать как танцует грустный, веселый, усталый человека
- показать как танцует балерина

- показать как могли бы танцевать инопланетяне под космическую музыку
- показать как танцуют люди разных профессий — плотник с молотком, повар с половником, мама с ребенком, водитель с рулем и др.

### **2.3. Рабочие программы курсов (модули)**

Занятие состоит из трех частей:

1. Вводная - в нее входит поклон, маршировка, разминка.(3-5 минут)
2. Основная - она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций).(15-20минут)
3. Заключительная – музыкальные игры, вспомогательные и корригирующие упражнения, поклон. (5 минут)

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующем году.

На первом году обучения особое внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног, головы. В течение всего второго года дети занимаются ритмикой, детскими бальными, историко–бытовыми, доступными народными танцами и изучают элементы классического танца. В течение всего второго года используется материал первого года, он принимается за основу, дополняя его новыми знаниями. Весь материал подобран исходя из возрастных особенностей детей.

**I год обучения.**

Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Задачи	Методы и приемы
<b>Вводное занятие</b>	«Давайте познакомимся»	<p>Знакомство с детьми. Что такое танец.</p> <p>Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса. Положение рук на талии. VI, I свободная позиции ног. Танцевальный шаг с носка.</p> <p>Танец «Топ по паркету» (шаг с носка, хлопки, притопы, прыжки на двух ногах)</p> <p>Игра «Давайте потанцуем»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать интерес к занятиям.</li> <li>- Формировать общую культуру личности ребенка;</li> <li>- формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног.</li> <li>- Обучить детей танцевальному шагу с носка.</li> <li>- формировать интерес к занятиям.</li> <li>- Развитие воображения, фантазии.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- беседа</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- показ, инструкция.</li> <li>- импровизация.</li> </ul>



Музыкально ритмические движения	«Здравствуй сказка»	<p>Маршировка (шаг с носка, перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, колонна, круг.)</p> <p>Разминка «Сказочные герои» (голова – повороты вправо, влево, наклоны к правому, левому плечу; плечи, руки – поочередное поднимание плеч вверх; движения кистями рук вверх вниз, сгибание – разгибание в локтевых суставах, вытягивание вверх– опускание вниз рук; корпус – повороты, наклоны в стороны, вперед, ноги – поочередное поднимание пятки, приседания, приставные шаги в стороны, вперед - назад, поднимание колен вперед, в стороны, прыжки на двух ногах, ноги вместе – врозь)</p> <p>Хлопки в ладоши – простые и ритмические.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.</li> <li>- «Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт.</li> <li>- «шаг, приставить, шаг, каблук».</li> <li>- подъем на полу пальцы.</li> <li>- повороты вправо, влево.</li> </ul> <p>Танцевальная композиция «Коротышки»  Игра «Сказочный лес»  Игра «У медведя»  Игра «Путешественники»  Партерная гимнастика («Буратино», «Солнышко», «Бабочка», «Складочка»)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевального шага.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой</li> <li>- разогреть мышцы.</li> <li>-Развивать первоначальные навыки координации движений.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> </ul> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-совершенствовать исполнение выученных движений.</li> <li>- познакомить детей с темпами музыки (медленный, умеренный, быстрый)</li> <li>- познакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).</li> <li>- познакомить детей со штрихами музыки (стаккато, легато) отражение их движениями: хлопками, шагами, бегом, плавными и резкими движениями головы.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> <li>- пояснение, повтор за педагогом.</li> <li>- объяснение, показ, повтор за педагогом, самостоятельное исполнение.</li> <li>- объяснение, показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ, объяснение.</li> </ul>
---------------------------------	---------------------	---	--	--

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">«В коробке с карандашами»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад. Перестроения - круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2, 4) Разминка «Я рисую солнце» (голова - прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне, с ритмическим рисунком.) Руки - поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти круговые движения с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей. Положение рук: на поясе и внизу. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной</p> <p>Плечи - оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Упражнение «Улыбнемся себе и другу» - наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево по VI, по II позиции ног. Повороты корпуса вправо, влево. Ноги - подъем на полу пальцы с полуприседанием, «пружинка», высокое поднимание колен вперед, в стороны. Прыжки – по VI позиции ног, VI – II позиции ног, Упражнение «Лыжник».)</p> <p>Ритмические хлопки в ладоши. Тройные притопы. «Пружинка» с наклонами головы. Движение «Баю - бай». Подскоки, приставные шаги с приседанием.</p> <p>Танцевальная композиция «В коробке с карандашами» Игра «Скорый поезд» Игра «Музыкальные ворота» Игра «Путник»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Развить чувство ритма.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Развивать координацию движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Развить умение детей перестраивать с одного темпа музыки на другой.</li> <li>- Учить строить рисунки танца.</li> <li>- продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).</li> <li>- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.</li> <li>- формировать умение ориентироваться в пространстве</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и</li> </ul>	<p>- инструкция.</p> <p>- пояснение, повтор за педагогом.</p> <p>- показ, объяснение, повтор за педагогом, самостоятельное исполнение.</p> <p>- показ, объяснение</p>

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">«На птичьей дворе»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием. Перестроения – круг, диагональ, змейка)</p> <p>Разминка «Ку-ка-ре-ку» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад. Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую.)</p> <p>Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы. Хлопки, притопы в паре, кружения в паре. Выпад, выпад с соскоком.</p> <p>Танцевальная композиция «Танец утят»</p> <p>Игра «Цыплята и ворона»</p> <p>Танец-игра «Ку-чи-чи»</p> <p>Партерная гимнастика («Солнышко», «Складочка», «Рыбка», «Русалочка», «Дощечка», «Сидит дед»)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Развить чувство ритма.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>-Развивать координацию движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать заданный образ движениями.</li> <li>- Развить музыкальный слух и чувства ритма.</li> <li>- научить импровизировать.</li> <li>- укрепить мышцы спины, живота.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> <li>- пояснение, повтор за педагогом.</li> <li>- показ, объяснение, повтор за педагогом, самостоятельное исполнение.</li> <li>-показ, объяснение.</li> <li>-объяснение.</li> <li>- объяснение, повтор за педагогом, самостоятельное исполнение.</li> </ul>
	19		

	<p>«Зимняя сказка»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна, полукруг.)  Разминка «Зимние забавы» - (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди и вместе, движение рук вперед, назад, движения имитирующие игру в снежки, «греем руки». Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен.)</p> <p>Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы.</p> <p>Танцевальная композиция «Тик так – тикают часы»</p> <p>Игра «Круг дружбы»</p> <p>Игра «Домик»</p> <p>Партерная гимнастика («Солнышко», «Складочка», «Рыбка», «Русалочка», «Дощечка», «Сидит дед»)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Развить чувство ритма.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Развивать координацию движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Развить чувство ритма.</li> <li>- развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта.</li> <li>- Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы.</li> <li>- укрепить мышцы спины, живота.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> <li>- пояснение, повтор за педагогом.</li> <li>- объяснение, показ.</li> <li>- объяснение, показ.</li> </ul>
--	------------------------	---	---	--

			связок, нарастить силу мышц.	- объяснение.  - объяснение  - объяснение, показ.
--	--	--	------------------------------	--

Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с ударом, галоп, подскоки, перескоки. Перемещения – круг, колонна, два круга, «шторки», круг, звездочка, сужение и расширение круга, круг в круге.)

Разминка «Ах, вы, сени» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад, Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен.)

Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные. Полу присядка. Хлопушки в ладоши, по бедру. Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом. Ходы – простой с носка, «елочка», шаркающий шаг. Исполнение движений с одновременной работой рук.

Танцевальная композиция «Порушка - пораня»

Игра «Заплетися мой плетень» 22

Игра «Танец ткачей»

Игра «Роскошный охотник»

- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.  
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.  
- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.

- Разогреть мышцы.  
- Учить правильной осанке при исполнении движений.  
- научить передавать заданный образ.

- познакомить детей с особенностями русского танца.  
- Обучить детей танцевальным движениям.  
- Учить правильной осанке при исполнении движений.

- Обучить детей танцевальным движениям.  
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.  
-научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.  
- научить строить и передвигаться по рисункам танца.  
- развить фантазию и воображение.  
- развить координацию.

- инструкция.

- Пояснение, повтор за педагогом.

- объяснение, показ.

- объяснение, показ.

-объяснение.

- объяснение.

- объяснение.

-объяснение, показ.

Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – круг, змейка, квадрат, колонна, полукруг, две колонны.)

Разминка «Раз, два, три, четыре» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, прыжки – по VI, VI – II, упражнение «лыжник» в разных ритмических рисунках. )

Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие прыжки на месте, хлопки в разных ритмических рисунках.

Полька «Забава»

Игра «Давайте потанцуем»

Игра «Музыкальные змейки»

Игра «одинокий путник»

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

- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.

- Разогреть мышцы.
- формировать правильную осанку при исполнении движений.

- Обучить детей танцевальным движениям.

- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

- развивать творческие способности детей.

- Обучить детей танцевальным движениям.

- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

- развивать воображение, фантазию.

- развивать воображение, фантазию.

- Формировать умение ориентироваться в пространстве.

- формировать правильную осанку.

- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.

- инструкция.

- инструкция.

- объяснение, показ.

- объяснение, показ

- импровизация.

- импровизация.

- объяснение.

	«Я хочу танцевать»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения - в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг в круге, в рассыпную.)</p> <p>Разминка «Я танцую» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.)</p> <p>Поклон мальчиков, поклон девочек, приставной шаг, балансе, шаг глиссад, покачивание, поворот в паре, кружения.</p> <p>Вальс «Дружбы»</p> <p>Игра «Магниты»</p> <p>Игра «Ромашки»</p> <p>Игра «Бабочки»</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям вальса.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- научить «чувствовать» пару.</li> <li>-развивать воображение, фантазию.</li> <li>- развить быстроту реакции.</li> <li>- Формировать навык «легкого шага»</li> <li>-развивать воображение, фантазию.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> <li>- показ, инструкция.</li> <li>- объяснение, показ.</li> <li>- объяснение, показ.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- объяснение.</li> <li>Объяснение, импровизация.</li> <li>- объяснение, показ.</li> </ul>
--	--------------------	--	--	--



Элементы эстрадного танца	«Давайте построим большой хоровод»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.)</p> <p>Разминка «Зарядка» (подъем на полу пальцы, приседания, наклоны, повороты туловища, махи согнутыми ногами, выпады –исполняются совместно с движениями рук, головы.)</p> <p>Танцевальная композиция «Давайте построим большой хоровод».</p> <p>Игра «Домики»</p> <p>Игра «будь внимателен»</p> <p>Игра « А, ну-ка, покажи»</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- развить координацию движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы.</li> <li>- развить внимание, быстроту реакции.</li> <li>- развивать воображение, фантазию.</li> <li>- развить артистизм.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> <li>- показ.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- объяснение, показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- объяснение, показ.</li> </ul>
---------------------------	------------------------------------	--	--	---

II год обучения.

Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Задачи	Методы и приемы
Вводное занят	«Встанем, дети, в круг»	<p>Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности.</p> <p>Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую»</p> <p>Танец «Кадриль, моя» (шаг с носка, легкий бег, "ковырялка", притопы, хлопки, кружения, приставные шаги с приседанием)</p> <p>Танец-игра «Ку-чи-чи»</p> <p>Игра «Скорый поезд»</p> <p>Игра «Давайте потанцуем»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать общую культуру личности ребенка;</li> <li>- вспомнить, закрепить материал прошлого года.</li> <li>- Формировать интерес к занятиям.</li> <li>- закрепить материал прошлого года.</li> <li>- Развить музыкальный слух и чувства ритма.</li> <li>- научить импровизировать.</li> <li>- Развить умение детей перестраивать с одного темпа музыки на другой.</li> <li>- Учить строить рисунки танца.</li> <li>- развить воображение, фантазию.</li> <li>- закрепить материал прошлого года</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-беседа.</li> <li>- импровизация.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- импровизация.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- импровизация.</li> <li>- импровизация.</li> </ul>

Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.)

Разминка «В осеннем парке» ( голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.)

Шаг на полупальцах, приставные шаги, переменный шаг в сторону, подскоки, галоп, хлопки в разных ритмических рисунках, притопы.

Танец «Капризный зонтик»

Игра «Музыкальные змейки»

Игра «Заколдованный лес»

Игра «Веселые капельки»

-формировать правильное исполнение танцевальных шагов.

- Формировать умение ориентироваться в пространстве.

-научить перестраиваться из одного рисунка в другой.

- Разогреть мышцы.

- Учить правильной осанке при исполнении движений.

- Научить правильно исполнять движения.

- Обучить детей танцевальным движениям.

- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

- Обучить детей танцевальным движениям.

- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

- научить ориентироваться в видах танцевальных мелодий (вальс, марш, полька.)

- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер,

- инструкция.

- инструкция.

- объяснение.

- показ.

- объяснение.

- показ.

- объяснение.

	«В гостях у Белоснежки»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг на пятках, приставные шаги, галоп, подскоки. Перестроения – круг, диагонали, квадрат, четыре колонны.)</p> <p>Разминка «Гномики» (голова – повороты в стороны, наклоны вперед, в стороны, полукруг. Плечи – поднимание вверх и опускание вниз, круговые движения. Руки – круговые движения кистями рук, сгибание и разгибание в локтевом суставе, поднимание и опускание прямых рук. Корпус – наклоны в стороны, вперед, повороты, «штопор». Ноги – топающий шаг на месте, поочередное поднимание пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки – по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте.)</p> <p>Хлопки, притопы в разных ритмических рисунках, синкопа, прыжки по ритмическим рисункам, галоп в паре, движение «пятка носок» с наклоном корпуса, подскоки в повороте.</p> <p>Танец «Есть на свете гномики»</p> <p>Игра «Строим дом для гномиков»</p> <p>Игра «Ведьма и Белоснежка»</p> <p>Игра «На лужайке»</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- импровизация.</li> <li>- объяснение</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> </ul>
--	-------------------------	--	---	---

	«Лесные приключения»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный в сторону. Перестроения – круг, колонна, два круга, «шторки», полукруг, «прочес», круг.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> </ul>
		<p>Разминка «Лесные звери» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, «по три с паузой», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, поочередное поднимание и опускание рук – талия, плечи, вытянуть вверх. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – притопы – одинарный, двойной, тройной. Поднимание колен, полу присядка, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям русского танца.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> </ul>
		<p>Переменный шаг вперед, простая дробная дорожка, плавные движения руками, переступания с легким ударом каблука.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> </ul>	
		<p>Хоровод «Лебедушки»</p> <p>Игра «На лесной полянке»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснение.</li> <li>- показ</li> <li>- объяснение.</li> </ul>
		<p>Игра «Вдоль пруда»</p> <p>Игра «Жучок-паучок»</p>	<p style="text-align: center;">29</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- развить артистичность и воображение.</li> <li>- научить слушать музыку. ее характер.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- показ.</li> </ul>

<p>Детские балльные танцы</p>	<p>«Путешествие в сказку»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки. Перестроения – змейка, круг, две колонны, четыре колонны, полукруг, «прочес», диагонали, полукруг.)</p> <p>Разминка «Поле чудес» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, «по три с паузой по очереди», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения кистями, в локтевом суставе, прямых рук. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – отрывистый шаг на месте с носка на пятку, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.)</p> <p>Шаг польки, галоп, поскоки, положения в парах, перестроения в парах, кружения.</p> <p>Танец «Полька»</p> <p>Танец-игра «Джайв»</p> <p>Игра «Вот как мы умеем»</p> <p>Игра «Учитель и ученики»</p> <p>Партнерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям русского танца.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- развить координацию движений.</li> <li>- развить артистичность.</li> <li>- закрепить позиции рук, ног, положение рук на талии.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> <li>- инструкция</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> </ul>
-------------------------------	-------------------------------	---	--	---

Элементы народного танца	«Из бабушкиного сундучка»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.)</p> <p>Разминка «Как у нашей бабушки» (Голова–повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, положение рук перед грудью, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, «шаг лыжника».)</p> <p>Поклон поясной, праздничный; простой дробный шаг, беговой шаг, боковой ход припадание, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, удары по подошве сапога, дробная дорожка, дорожка в «три ножки», «трилистник», «гармошка».</p> <p>Танец «Бабушкин сундучок»</p> <p>Игра «Кто запомнил лучше всех»</p> <p>Игра «Тик - так»</p> <p>Игра «Шары и пузыри»</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям русского танца.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям русского танца.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- закрепить пройденный материал.</li> <li>- развить музыкальность, чувство ритма.</li> <li>- научить ориентироваться в пространстве.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- объяснение</li> <li>- импровизация.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- объяснение,</li> <li>- показ.</li> </ul>
--------------------------	---------------------------	---	---	---

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Детский балльный танец, элементы историко – бытового танца.</p>	<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">«Мы собираемся на бал»</p>	<p>Маршировка - шаг полонеза. Перестроения – круг, диагонали, колонна, через одного на полукруг, «шторки», круг.  Разминка «Мы собираемся на бал» (Голова–повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, вытягивание рук вперед – на талию, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги –поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI – II позиции ног.)  Вальсовая дорожка, балансе, правый поворот, переходы в парах.  «Вальс цветов»  Менуэт  Игра «Мы пойдем сначала вправо»  Игра «Расточек»  Игра «Ласточки, петухи и воробьи»  Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- Развитие воображения, фантазии, артистичности.</li> <li>- развить чувство ритма, музыкальность.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- импровизация.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> </ul>
--	---	--	--	---



Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - квадрат, диагональ, круг, колонна, полукруг, круг в круге.)

Разминка «Весеннее настроение» (Голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, круговые движения, поднятие «по три раза». Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поочередное поднятие пяток, поднятие на полупальцы с опусканием в плие, поднятие колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI – II позиции ног.)

Пружинящее движение, пружинящее движение на шагах, основной ход танца «самба», «Виск», «самба-ход вперед», «соло-поворот», положение в паре.

Танец «Самба»

Игра «Доведи меня»

Игра «Дождик»

Игра «Повторяем движения»

Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного

- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.  
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.  
- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.

- Разогреть мышцы.  
- Учить правильной осанке при исполнении движений.  
- Научить правильно исполнять движения.  
- научить передавать заданный образ.

- Обучить детей танцевальным движениям.  
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

- Обучить детей танцевальным движениям.  
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

- Формировать умение ориентироваться в пространстве.  
- развить чувство взаимопомощи, бережное отношение друг к другу.

- развить чувство ритма, музыкальность.

- развить внимание и память.  
- формировать правильную осанку.  
- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.

- укрепить здоровье детей.

- инструкция

- инструкция

- объяснение.

- показ

- объяснение.

- показ.

- объяснение

- объяснение.

- инструкция.

- объяснение.

- показ.

- объяснение.

- показ.

Элементы эстрадного танца	«Веселая карусель»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - круг, квадрат, диагонали, два круга, «прочес», змейка, шахматный порядок.)</p> <p>Разминка «Карусельные лошадки» (Голова–повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения, поднимание «по три раза». Руки –поднимание и опускание кисти, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поочередное поднимание пяток, поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, бег на месте с высоким подниманием колен.)</p> <p>Танцевальная композиция «Не детское время»</p> <p>Игра «Дискотека»</p> <p>Игра «Раз, два»</p> <p>Игра «Карусель»</p> <p>Партнерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>-Формировать пластику, культуру движения, их выразительность</li> <li>- развить творческие способности ребенка.</li> <li>- развить моторику.</li> <li>- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- инструкция.</li> <li>- инструкция</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- импровизация.</li> <li>- инструкция.</li> <li>- показ.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- объяснение.</li> <li>- показ.</li> </ul>
---------------------------	--------------------	--	---	---

## Список литературы

1. Скрипниченко «Чудо-ритмика»/ программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет, Соликамск, 2010.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996. Бриске И. Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
4. Захаров В. М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 1986.
5. Константинова А. И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
6. Константинова Л. Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994. Макарова Е. П.
7. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.
8. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003
9. Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006. Уральская В. И. Рождение танца. – М.: Варгус, 1982.
10. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально- игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 56 2000.
11. Алямовская Бекина С.И. и др. Музыка и движение М., 1983
12. Васильева Т.К. Секрет танца – СПб., - 1997
13. Варшавская Р.А., Кудряшова Л.Н. Игры под музыку
14. Конорова Е.В. Ритмика –М., 1947
15. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике – М., 1972
16. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей – Ярославль, 1997
17. РудневаС, Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение Ткаченко Т. Народный танец-М., 1994Шукшина З Ритмика – М., 1976
18. Кряж В.Н. и др. Гимнастика Ритм. Пластика.- Минск, 1987
19. Ваганова А.Я. Основы классического танца .СПб – 2201
20. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца М., 1985
21. Тарасов Н.И. Классический танец М., - 1971
22. Мессерер А. М. Танец Мысль. Время. М., 1990
23. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца- Л., 1981
- 24.Шереметьевская Н. В. Танец на эстраде М., - 1994