Управление образования Администрации г. Кемерово
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 46
«Детский сад компенсирующего вида»

Занилова Ольга Леонидовна

Подписано цифровой подписью: Занилова Ольга Леонидовна
Дата: 2021.09.27 12:42:32 +07'00'

Принята
на педагогическом совете
протокол № 3
от 26 мая 2021 г.

Утверждаю
заведующая МБДОУ № 46 «Детский сад компенсирующего вида»
_____Занилова О.Л.
Приказ № 134 от 31 мая 2021 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Художественной направленности
«Танцевальная ритмика»

Возраст учащихся: от 5 до 7 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Лихачёва Марина Валерьевна,
педагог дополнительного образования

Кемерово, 2021

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Танцевальная ритмика», разработчик Лихачёва Марина Валерьевна педагог дополнительного образования

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная ритмика» - это программа ориентирована на развитие музыкальных и танцевальных способностей, раннее выявление художественно - творческих способностей детей, с использованием игровых технологий

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа носит социально-гуманитарную направленность, разработана с учетом законодательных нормативно-правовых документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) утвержденные Министерством образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242;
- Постановления главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
- Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014г. №1726-р, Письма Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. №09-3242.
-Региональные и муниципальные документы по ПФДО (Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей» (от 05.05.2019 г. № 740)
- Положение МБДОУ №46 «О разработке, структуре и порядке утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы».

Актуальность обусловлена тем, что в последнее десятилетие в российском обществе наблюдается значительное повышение интереса к гуманитарному образованию. Это связано не просто с удовлетворением эстетических потребностей человека, а с пониманием необходимости формирования у подрастающего поколения общей культуры, духовности. Занятия хореографией на раннем этапе помогает приобщить учащихся к миру прекрасного, развивают у малышей, музыкальный слух, чувство ритма, ориентацию в пространстве, эмоциональность, творческие, физические способности, координацию движения. Использование на занятиях высокохудожественной музыки обогащает учащихся эстетическими впечатлениями, расширяет их музыкальный кругозор, воспитывает музыкальный вкус.

Полноценная танцевальная подготовка, в обязательном порядке предполагает изучение разных стилей хореографии, что развивает особенную танцевальную пластику, координацию и выносливость формирует правильную

осанку и обогащает лексический опыт**.**

Педагогическая целесообразность заключается в выявлении и развитии художественной одаренности, воспитании хореографической культуры дошкольников, мотивацию к ведению здорового образа жизни в процессе освоения ими базовых умений танцевального искусства.

Практическая значимость программы. Содержание программы реализуется в образно-игровой форме, что позволяет на первоначальном этапе в процессе игры с опорой на воображение раскрепостить учащихся, заложить фундамент для дальнейшего развития их хореографических способностей, формировать первоначальные навыки актерского и исполнительского мастерства, приобщать к широкому пласту культурных традиций России.

Благодаря систематическим занятиям танцами полностью удовлетворяется потребность современного дошкольника в повышенной потребности в движении.

Социальная значимость программы состоит в использовании коллективной формы организации образовательного процесса, что требует от учащихся четкого взаимодействия всех участников, повышая чувство ответственности, приучает к сотворчеству. Благодаря систематическим занятиям танцами приобретается сценическая культура, развиваются музыкальные и двигательные способности. Важно и то, что дети, занимающиеся танцами длительное время, в течение всей жизни хорошо владеют телом, поддерживают мышечный тонус, ориентируются в музыкально-хореографических жанрах, ориентированы на ведение здорового образа жизни и заботу о собственном здоровье.

Адресат программы. Данная программа предназначена для детей 5-7 лет, находящихся в условиях дошкольного образовательного учреждения. В состав возрастных групп могут включаться дети с ОВЗ (логопедические нарушения), не имеющие противопоказаний для занятий данным видом деятельности.

Набор детей в объединение осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию у них специальных умений.

Уровень программы - стартовый.

Объем и срок освоения программы. Предусмотрено обучение в течение одного учебного года. Общее количество часов на период обучения -64 часов

Форма обучения – очная.

Режим занятий – 2 раза в неделю по 1 часу. Общее количество часов занятий в неделю – 2 часа. Расписание занятий составляется исходя из возможностей детей и их родителей, с учетом санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы, и условиям проведения занятий. Образовательная деятельность осуществляться во второй половине дня после дневного сна.

Количественный состав группы – 8-10 человек, постоянный, группы могут формироваться по возрастным характеристикам: первая группа (5-6 лет), вторая группа (6-7 лет)

Возрастная группа	Периодичность образовательной деятельности	Длительность образовательной деятельности
5 - 6 лет	2 раза в неделю	25 минут
6 - 7 лет	2 раза в неделю	30 минут

Организация образовательного процесса: традиционная

Форма организации занятий - учебное занятие. Учебные занятия включают теоретическую часть подачи учебного материала и практическую часть. Только в тесной связи теории и практики происходит усвоение азов ритмики, изучение простейших элементов партерной гимнастики, изучение танцевальных элементов, исполнение простых танцевальных композиций и танцев, развитие интеллектуальных способностей воспитанников.

Учебное занятие может проходить как,

- традиционное занятие;
- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- игра, праздник, конкурс, фестиваль;
- концерт, открытый урок.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамблевая.
- применяя игровые технологии,

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации - русском.

Цель программы: выявление и развитие танцевальных, творческих способностей детей дошкольного возраста.

Задачи:

Обучающие:

- обучить основам партерной гимнастики;
- поэтапное овладение основам классического экзерсиса у опоры и на середине зала;
- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений
- фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности.

Планируемые результаты

К концу учебного года дошкольники должны овладеть рядом знаний, умений и навыков:

- двигаться под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- исполнять движения, сохраняя при этом правильную осанку;
- различать различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш, полька и др.);
- овладеть различными видами танцевальных шагов (бодрый шаг с носка, притопы, танцевальный бег, подскоки и др.);
- овладеть правильными позициями ног и положением рук;
- уметь исполнить движения и танцевальные композиции хоровода, народных плясок.

Содержание программы
Учебно-тематический план

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	1	1	-	Входная диагностика
1	**Музыкально - ритмические движения**	**15**	**1**	**14**	Музыкально-ритмическая миниатюра
1.1	Путешествие на таинственный остров	5	0.5	4.5	
1.2	Музыкальный лабиринт	5	0.5	4.5	
1.3	Упражнения с предметами	5	0.5	4.5	
2	**Элементы йоги**	**6**	**0.5**	**5.5**	Педагогическое наблюдение. Творческие задания.
3	**Партерная гимнастика**	**15**	**1**	**14**	Творческиезадания
3.1	Странные человечки	5	0.5	4.5	
3.2	Уплываем далеко	5	0.5	4.5	
3.3	Гибкие спинки	5	0.5	4.5	
4	**Элементы классического танца**	**9**	**1**	**8**	Творческиезадания Выступление на праздниках
5	**Элементы народного танца**	**4**	**0,5**	**3,5**	
6	**Танцевальные этюды, игры и танцы**	**12**	**1**	**11**	Творческиезадания. Выступление на праздниках
6.1	Веселая карусель	**4**	**0.5**	**3.5**	
6.2	Навстречу к солнцу	**4**	**0.5**	**3.5**	
6.3	Перестроение на сценической площадка	**4**	**0**	**4**	
	Итоговое занятие	**2**	**0**	**2**	Концерт дляродителей
		64	4	60	

Содержание обучения

Вводное занятие

Теория. Знакомство с воспитанниками. Знакомство детей с учебным помещением, его оборудованием. Техника безопасности на занятиях. Поклон-приветствие. Особенности исполнения поклона-приветствия для девочек, для мальчиков.

Практика. Игровой тренинг «Давайте познакомимся». Упражнение в исполнении поклона-приветствия

Раздел №1 «Музыкально-ритмические движения» (15 часов)

Тема №1 «Путешествие на таинственный остров» (5 часов)

Теория: Очутившись на таинственном острове. Знакомимся с характерами жителей и животных. Выражение чувств через движения. Положения головы. Прямо, наклоны вверх-вниз; вправо и влево, повороты вправо и влево. Поднимание-опускание плеч (совместное и поочередное), круговые движения. Наклоны корпуса вперед с прямой спиной и в стороны с поворотом головы вправо и влево.

Практика. Прослушивание музыкального материала. Передача эмоциями и движениями характера музыки. Упражнение «Жители острова». Упражнения для корпуса. Исполнение наклонов как по VI позиции, так и по II не выворотной позиции. Прыжки (Обезьянки), движения на полу «Змейки».

Тема №2 «Музыкальный лабиринт» (5 часов)

Теория: Определяем характер музыки (веселый, грустный) игроритмика, темп движений (быстрый, медленный), динамика оттенков (тихо, громко). Понятие (Тихо, громко, шепотом).

Практика: Прослушивание музыки, исполнение одних и тех же движений в разном темпе. Игра (Тихо, громко, шепотом).

Тема №3 «Упражнения с предметами» (5 часов)

Теория: Знакомимся с предметами для танцев (платок, обруч, мяч).

Практика: Танцевальные упражнения и связки с платочками, обручами, мячами. Правильное положения рук с предметами.

Раздел № 2 . «Элементы йоги» (6 часов)

Теория: Определить основные асаны для детей.

Практика: Проучивание и исполнение асан (поза дерева, поза бабочки, поза змеи, поза ласточки, поза собаки, поза лука, поза лягушки, поза березки, поза лодки).

Раздел № 3 . «Партерная гимнастика» (15 часов)

Тема № 1 «Странные человечки» (5 часов)

Теория: Стопа. Строение стопы. Голеностоп. Понятие «сокращение – натяжение»

Практика: Упражнения на развитие стоп (круговое, сокращение, натяжение), голеностопного сустава.

Тема № 2. «Уплываем далеко» (5 часов)
Теория: Мышцы ног. Строение мышц бедра, коленного сустава. Растяжка. Понятия «маха» правой и левой ногами.
Практика: Растяжка. Выполнение «махов». Упражнения для развития шага, шпагаты. Упражнения на развитие тазобедренного сустава.
Тема № 3. «Гибкие спинки» (5 часов)
Теория: «Гибкость» - физическое качество человеческого организма. Значение гибкости в искусстве танца.
Практика: Упражнения (Дракончик, Кошечка, Мостик, Корзинка, Лодочка, Колечко, Складочка).

Раздел №4. Элементы классического танца (9 часов)
Теория: Приветствие. Поклон. Понятие «Осанка». Позиции рук и ног.
Практик: Выполнение основных позиций рук, позиций ног. Изучение (деми и гранд плие, портебра).
Раздел № 5. «Элементы народного танца» (4 часа»
Теория: Знакомство с манерой исполнения. Позиции рук. Притопы. Повороты.
Практика: Сокращенные позиции рук. Исполнение тройного притопа. Повороты в парах. Танцевальный этюд «Варенька».

Раздел № 6. Танцевальные этюды. Игры и танцы. (12 часов)
Тема № 1 «Веселая карусель» (4 часа)
Теория: Знакомство с русскими народными танцами и играми.
Практика: Танец «Варенька», игра «Шел козел по лесу». Танец с коромыслами.
Тема№ 2. «На встречу солнцу» (4 часа)
Теория: Игры для развития внимания и ориентации в пространстве.
Практика: «Круговая пляска», « Ручеек».
Тема № 3. «Построение на сценической площадке» (4 часа)
Теория: Виды перестроений. Варианты перестроения из одного рисунка в другой.
Практика: Задания на перестроения (линия, колонна, диагоналей). Игра . «Найди свое место».
Итоговое Занятие. (2 часа)
Практика: Открытое занятие для родителей, представления упражнений с предметами, танцевальные постановки.

Раздел № 2 Комплекс организационно-педагогических условий

Условия реализации программы

Данная программа может быть эффективно реализована во взаимосвязи с методическим обеспечением программы и материально-технических условий.

*Кадровое обеспечение***:** Педагог дополнительного образования или воспитатель, имеющий среднее – специальное или высшее образование, обладающие основными, обозначенными в ФГОС ДО, компетенциями, необходимыми для обеспечения развития детей от 3 до 7 лет.

При возникновении трудностей возможно сопровождение педагога-психолога.

Формы аттестации: Беседы в форме «вопрос-ответ», скрытые педагогические наблюдения, игра-испытание, конкурс, открытое занятие для родителей.

Оценочные материалы – диагностика развития хореографических способностей.

Методическое обеспечение программы включает в себя:

- ауди и видео фонд
- комплекс упражнений по ритмике и партерной гимнастике;
- дидактические материалы /печатные пособия;
- фотографии, видеофильмы, мультимедийные материалы;
- видеоуроки по хореографии;
- разработки занятий в рамках программы;
- комплекс танцевальных игр и разминок;
- методическая и учебная литература.

Материально-техническое обеспечение программы

- зал хореографии;
- ноутбук, фортепиано, музыкальный центр, USB- флеш-накопитель, мультимедийный проектор;
- мячи, платки, ленты;
- коврики для занятий партерной гимнастикой (20 шт.)

Базовые понятия

allegro (аллегро) - «веселый», «радостный», часть урока, состоящая из прыжков, выполняемая в быстром темпе.

demi plie (деми плие) - неполное «приседание».

grand battement (гранд батман) - «большой бросок ,взмах» на 90° и выше че-рез положение ноги на носок.

grand plie (гранд плие) - глубокое, большое «приседание».

passe (пассе) - «проводить», «проходить», положение согнутой ноги, носок уколена: впереди, в сторону, сзади.

relevé (релеве) - «поднимание», поднимание в стойку на носках с

опусканием вИП в любой позиции ног.

Авансцена – передняя часть сцены.

Анфас - прямо перед собой.

Позиции ног (I, II, III, VI, V, VI) - типичные положения ступней ног, фиксирующие начало или окончание движения в танцах.

Позиции рук (подготовительная, I ,II, III) - типичные положения рук, употребляемые в бальных танцах. Начиная с XVII века, соответствуют основным позициями рук классического балетного танца. В двадцатом столетии к ним были добавлены новые, отличные от классических, пози- ции рук.

Поклон (франц. Coup de Chapeau – букв. «приветственный жест шляпой») - движение, характерное для бальных танцев. Представляет собой знак почтительного отношения партнера и партнерши к публике и друг к другу. Различают поклоны мужские (простой, с салютом, со снятием шляпы и др.) и женские (простой, с переходом, с поворотом под рукой, с реверансом и др.)

Синхронность (формейшн - англ. Dance Formation – букв. «танцевальное по- строение пространственных форм») - тип группового танцевального выступления (концертного или конкурсного). Чаще всего основан на движениях какого-либо популярного общественного танца. Характеризуется стилевым единством костюмов участников, синхронностью шагов и выверенностью построений.

Точки в зале (1,2,3,4.5,6,7,8,)

Список литературы

для педагога:

1. Абакумова Е. М. Развитие творческого потенциала воспитанников учреждения дополнительного образования [Текст] // Учитель в школе. - 2008. –№ 4. – С. 11.
2. Асмолов А. Г. Психология личности. [Текст] / А. Г. Асмолов. - М.: Просвещение, 2016. - 214 с.
3. Базарова П. Азбука классического танца [Текст]: учебное пособие. /П. Базарова. - М.: Искусство, 1983. - 208 с.
4. Барышникова Т. К. Азбука хореографии [Текст]: методические указа- ния в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. /Т. К. Барышникова. - М.: Айрис – пресс, 2000. - 266 с.
5. Бекина С. И. Музыка и движение [Текст]: упражнения, игры и пляски для детей 5-7 лет. / С. И. Бекина. - М.: ПРЕСС, 1984. - 288 с.
6. Бим-Бад Б. М. Мудрость воспитания [Текст]: учебное пособие. /Б. М. Бим-Бад. - М.: Педагогика, 1989.- С. 177-180.
7. Бочкарева Н. И. Ритмика и хореография. [Текст] / Н. И. Бочкарева. - Кемерово, 2000. – 101 с.

8. Венгер Н. Ю. Путь к развитию творчества. [Текст] / Н. Ю. Венгер. - М.: Просвещение, 2000. – 119 с.
9. Горшкова Е. В. О музыкально-двигательном творчестве в танце. [Текст] / Е. В. Горшкова. - М.: Дошкольное воспитание, 1991. – 150 с.10. обращения: 21.12.2016).
10 Шмаков С. А. Каникулы. [Текст] / С. А. Шмаков. - М.: Новая школа, 1994.- С. 103-110.

для учащихся:

1. Бочкарева Н. И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии. [Текст] / Н. И. Бочкарева. – Кемерово, 1998.– 63 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. [Текст] / А. И. Буренина. СПб.: АСТ, 2000. – С. 5.
3. Буренина А. И. Коммуникативные танцы – игры для детей [Текст]: учебное пособие. /А. И. Буренина. - СПб.: Издательство «Музыкальная палит- ра», 2004. – 112 с.
4. Колодницкий Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и тан- цы для детей. [Текст] / Г. А. Колодницкий. - М.: Гном-Пресс, 2000. – 61 с.
5. Пуляева Л. Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе [Текст]: Учебное пособие. / Л. Е. Пуляева. - Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001. - 80 с.
6. Музыкально-ритмическое воспитание дошкольников. - 2017.- 03 ноября [Электронный ресурс]. URL: https://multiurok.ru/files/muzykal-no-ritmichieskoie- vospitaniie-doshkol-niko.html (дата обращения: 20.07.2020

Интернет ресурсы:

1. http://piruet.info
2. http://www.monlo.ru/time2
3. www. psychlib.ru
4. www. horeograf.com
5. www.balletmusic.ru
6. http://pedagogic.ru
7. http://spo. 1 september.ru
8. http://www.fizkultura-vsem.ru
9. http://www.rambler.ru/ 10.www.google.ru

11 .www.plie.ru

Приложение № 1

Содержание программы.

Раздел	**Тема занятий**	**Программное содержание**	**Задачи**	**Методы и приемы**
Вводное занятие	«Вместе весело шагать»	Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка с Машей»	- Формировать общую культуру личности ребенка; - вспомнить, закрепить материал прошлого года. - Формировать интерес к занятиям. - закрепить	-беседа. - импровизация. - инструкция. - инструкция.

		Игра «поезд»	материал прошлого года. - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать. - Развить умение детей перестраивать с одного темпа музыки на другой. - Учить строить рисунки танца. - развить воображение, фантазию. - закрепить материал прошлого года.	- инструкция. - импровизация. - объяснение. - импровизация. - импровизация.

Музыкально ритмические движения	Путешествие на таинственный остров	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторки, круг, четыре колонны, змейка, квадрат. Разминка(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	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения.	- инструкция. - инструкция. - объяснение. - показ.

		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.)	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	- объяснение. - показ.
	Лабиринт	Танец «Таинственный остров»	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	- объяснение.
		Шаг на полупальцах, приставные шаги, переменный шаг в сторону, подскоки, галоп, хлопки в разных	- научить ориентироваться в видах танцевальных мелодий (вальс, марш, полька.)	- объяснение. - импровизация.

		ритмических рисунках, притопы. Рузыкально – ритмические упражнения1-3 Танец «Друг за другом»	- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальным и движениями. - развить чувство ритма. - формировать правильную осанку.	- инструкция. - показ. - объяснение. - показ.
		Игра «змейка» См. Приложение Игровой Самомассаж, Массаж рук, Массаж ног.	- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей.	

	Уражнения с предметами	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг на пятках, приставные шаги, галоп, подскоки. Перестроения – круг, диагонали, квадрат, четыре колонны.) Разминка «(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,	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.	- инструкция. - инструкция. - показ. - объяснение. - показ.

		«штопор». Ноги – топающий шаг на месте, поочередное поднимание пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки – по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте.) Танцевальные комбинации с предметами: ленты, обруч, мяч. См. Приложение Игротанцы: Автостоп. Дыхательная гимнастика: Шар лопнул, На турнике.	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям с предметами ленты, обруч, мяч. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма. - Формировать умение слушать	- объяснение. - показ. - объяснение. - инструкция. - объяснение. - импровизация. - объяснение.

			музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальным и движениями. - укрепить здоровье детей.	- объяснение. - показ.
Элементы йоги	Подтянутьс я, по всем предметам	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.) Разминка «Поле чудес» (Голова–	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентировать ся в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить	- инструкция. - инструкция.

		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». См. приложение. Гимнастика: улучшаем осанку. Дыхательная	правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - способствует расслаблению и восстановлению - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить координацию движений. - формирует	- объяснение. - показ. - объяснение. - показ. - показ. - инструкция. -

		гимнастика: Насос, Каша кипит, Образные упражнения.	правильное дыхание - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	инструкция. - объяснение. - объяснение. - показ.
Партерная гимнастика	Странные человечки	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»,	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть	- инструкция. - инструкция.

		полукруг, четыре колонны.) Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. См. приложение, Гимнастика, Гимнаст, Лыжник. См. приложение, дыхательная гимнастика, Часики, Вырасти Большой Танец «Сундучные человечки» Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий	мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - научить правильному дыханию - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс	- объяснение. - показ. - объяснение. - показ.
	Уплываем далеко			

		шаг, переменный шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.	я из одного рисунка в другой.	- импровизация.
			- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	- объяснение.
		Игра «Кто запомнил лучше всех»	.	
		Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	- объяснение.
	Гибкие спинки	См. приложение, Гимнастика:	- научиться расслаблять свои мышцы	- объяснение,
		Лодочка, Ежик.		- показ.
		См. приложение, упражнения расслабляющие мышцы 1-7	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.	
		Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг	- Формировать умение ориентироваться в	

		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. Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. См. приложение, Гимнастика: Птица перед взлетом, Качалочка. См. приложение, упражнения расслабляющие мышцы 7-11.	пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	
Элементы		Маршировка -	- формировать	-

Классического танца	Собираемся на бал	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	правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.	объяснение. - показ. - инструкция. - инструкция. -

		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.) Экзерсис на середине зала. 1.точки класса (зала)-по методики А.Я.Вагановой. 2.положение en face. 3.подготовительное положение рук. 4.повороты головы на 1/2. «Вальс цветов» Менуэт Экзерсис на середине зала. 1.Постановка корпуса (ноги в свободном положении.) 2.Понятие рабочая и опорная нога.	- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Формировать умение устойчивости. - Развитие воображения, фантазии, артистичности. - развить чувство ритма,	объяснение. - показ. - объяснение. - показ. - инструкция. - импровизация. - объяснение. - показ.

		3.Позиции ног 1,2 (при относительной выворотности ног.) 4.Постановка корпуса в 1,2 позиции. 5.Demi-plie в 1 позиции. 6.Battement tendu в 1 позиции (в сторону).	музыкальность. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	- объяснение. - показ.
Элементы народного танца	Ярмарка	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве.	- инструкция.

		шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.) 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-	- научить перестраиватьс я 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 русского	- инструкция. - объяснение. - показ. - объяснение.

		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».) Поклон поясной, праздничный; простой дробный шаг, беговой шаг, боковой ход припадание, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, удары по подошве сапога, дробная дорожка,	танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - закрепить пройденный материал. - развить музыкальность, чувство ритма. - укрепить здоровье детей	- импровизация. - инструкция. - показ. - объяснение. - объяснение. - показ.

		дорожка в «три ножки», «трилистник», «гармошка». См. приложение, Игротанцы: Полька тройками, Русский хоровод.		
Танцевальные этюды, игры и танцы.	Веселая Карусель	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.) Разминка «Карусельные лошадки»	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной	- инструкция. - инструкция.

		(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,	осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить творческие способности	-объяснение. - показ. -объяснение. -импровизация. -инструкция. - показ.

		подскоки на месте, бег на месте с высоким подниманием колен.) Танцевальная композиция «Не детское время» См. приложение, Игровые упр. на расслабления тела: Медузы, См. приложение, Муз-подв. игры: Трансформер, Погода. См. приложение, Игровой самомассаж: Чебурашка, Буратино Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно,	ребенка. - развить моторику. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей. - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в	- объяснение. - объяснение. - показ. - объяснение. - показ. - объяснение. - импровизац
	Навстречу к солнцу			

		пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - круг, квадрат, диагонали, два круга, «прочес», змейка, шахматный порядок.) Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. См. приложение, Дыхательная гимнастика: Гуси шипят, Паровоз См. приложение, Потряхивание различными частями тела 1-5 См. приложение, Игротанцы: Большая прогулка	другой. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - формируются навыки правильного дыхания -учат ребенка расслабляться - укрепить здоровье детей - формировать правильное исполнение танцевальных	ия. - инструкция. - показ. - объяснение. - объяснение. - показ. - объяснение.
	Приключение в лесу			

			шагов.	- показ.
		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.) См. приложение, Игровой самомассаж: Лебединая шея, Ладошки – Мочалка. См. приложение, Муз-подв. игры: Найди свое место, Гулливер и Лилипуты, Капкан, Круг и	- Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - формировать правильную осанку. - расслабление мышц - формирует внимание - научить перестраиваться из одного рисунка в другой	- объяснение. - импровизация. - инструкция. - показ. - объяснение. - объяснение. - показ.

		кружочки. См. приложение, Посигментное расслабление 1-7 См. приложение, Игротанцы: Старый жук, прогулка		

ПРИМЕРНЫЙ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
2-ой год

№ п/п	Раздел	Кол-во часов всего	Тема занятий
1	Вводное занятие	1	Проверяем кто на месте
2	Музыкально - ритмические движения	4	Путешествие на таинственный остров
		5	Лабиринт
		5	Упражнения с предметами
3	Элементы йоги	6	Гармония души и тела
4	Партерная гимнастика	6	Растяжка мышц ног
		5	Растяжка мышц спинки
		5	Партерные комбинации
5	Элементы классического танца	7	Классический экзерсис
6	Элементы народного танца	4	Русская народная пляска
7	Танцевальные этюды, игры и танцы	6	Веселая карусель
		4	Навстречу к солнцу

		4	Приключения в лесу
6	Итоговое занятие	2	
Итого:		64	

К концу учебного года дошкольники должны овладеть рядом знаний, умений и навыков:
- двигаться под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- исполнять движения, сохраняя при этом правильную осанку;
- различать различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш, полька и др.);
- овладеть различными видами танцевальных шагов (бодрый шаг с носка, притопы, танцевальный бег, подскоки и др.);
- овладеть правильными позициями ног и положением рук;
- уметь исполнить движения и танцевальные композиции хоровода, народных плясок.

Содержание программы.

Раздел	**Тема занятий**	**Программное содержание**	**Задачи**	**Методы и приемы**
Вводное занятие	Проверяем кто на месте	Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка с Машей»	- Формировать общую культуру личности ребенка; - вспомнить, закрепить материал прошлого года. - Формировать интерес к занятиям. - закрепить	-беседа. - импровизация. - инструкция. - инструкция.

		Игра «поезд»	материал прошлого года. - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать. - Развить умение детей перестраивать с одного темпа музыки на другой. - Учить строить рисунки танца. - развить воображение, фантазию. - закрепить материал прошлого года.	- инструкция. - импровизация. - объяснение. - импровизация. - импровизация.

Музыкально ритмические движения	Путешествие на автобусе	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторки, круг, четыре колонны, змейка, квадрат. Разминка(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	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения.	- инструкция. - инструкция. - объяснение. - показ.

		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.)	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	- объяснение. - показ.
	Остров обезьян	Танец «Мы в автобусе сидим»	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	- объяснение.
		Шаг на полупальцах, приставные шаги, переменный шаг в сторону, подскоки, галоп, хлопки в разных ритмических	- научить ориентироваться в видах танцевальных мелодий (вальс, марш, полька.)	- объяснение. - импровизация.

		рисунках, притопы. Рузыкально – ритмические упражнения1-3 Танец «Обезьянок»	- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальным и движениями. - развить чувство ритма. - формировать правильную осанку.	- инструкция. - показ. - объяснение. - показ.
		Игра «Прыжки» См. Приложение Игровой Самомассаж, Массаж рук, Массаж ног.	- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей.	

	Упражнения с предметами	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг на пятках, приставные шаги, галоп, подскоки. Перестроения – круг, диагонали, квадрат, четыре колонны.) Разминка «(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,	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.	- инструкция. - инструкция. - показ. - объяснение. - показ.

		«штопор». Ноги – топающий шаг на месте, поочередное поднимание пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки – по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте.) Танцевальные комбинации с предметами: ленты, обруч, мяч. См. Приложение Игротанцы: Автостоп. Дыхательная гимнастика: Шар лопнул, На турнике.	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям с предметами ленты, обруч, мяч. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма. - Формировать умение слушать	- объяснение. - показ. - объяснение. - инструкция. - объяснение. - импровизация. - объяснение.

			музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальным и движениями. - укрепить здоровье детей.	- объяснение. - показ.
Элементы йоги	Гармония души и тела	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, 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.) Разминка «Поле чудес» (Голова–	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить	- инструкция. - инструкция.

		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». См. приложение. Гимнастика: улучшаем осанку. Дыхательная	правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - способствует расслаблению и восстановлению - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить координацию движений. - формирует	- объяснение. - показ. - объяснение. - показ. - показ. - инструкция. -

		гимнастика: Насос, Каша кипит, Образные упражнения.	правильное дыхание - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	инструкция. - объяснение. - объяснение. - показ.
Партерная гимнастика	Растяжка мышц ног	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»,	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть	- инструкция. - инструкция.

	Растяжка мышц спины	полукруг, четыре колонны.) Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. См. приложение, Гимнастика, Гимнаст, Лыжник. См. приложение, дыхательная гимнастика, Часики, Вырасти Большой Танец «Сундучные человечки» Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий	мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - научить правильному дыханию - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс	- объяснение. - показ. - объяснение. - показ.

	Партерные котбинации	шаг, переменный шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны. Игра «Кто запомнил лучше всех» Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. См. приложение, Гимнастика: Лодочка, Ежик. См. приложение, упражнения расслабляющие мышцы 1-7 Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг	я из одного рисунка в другой. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. . - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - научиться расслаблять свои мышцы - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в	- импровизация. - объяснение. - объяснение. - объяснение, - показ.

		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. Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. См. приложение, Гимнастика: Птица перед взлетом, Качалочка. См. приложение, упражнения расслабляющие мышцы 7-11.	пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	
Элементы		Маршировка -	- формировать	-

Классического танца	Классический экзерсис	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	правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.	объяснение. - показ. - инструкция. - инструкция. -

		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.) Экзерсис на середине зала. 1.точки класса (зала)-по методики А.Я.Вагановой. 2.положение en face. 3.подготовительное положение рук. 4.повороты головы на 1/2. «Вальс цветов» Менуэт Экзерсис на середине зала. 1.Постановка корпуса (ноги в свободном положении.) 2.Понятие рабочая и опорная нога.	- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Формировать умение устойчивости. - Развитие воображения, фантазии, артистичности. - развить чувство ритма,	объяснение. - показ. - объяснение. - показ. - инструкция. - импровизация. - объяснение. - показ.

		3.Позиции ног 1,2 (при относительной выворотности ног.) 4.Постановка корпуса в 1,2 позиции. 5.Demi-plie в 1 позиции. 6.Battement tendu в 1 позиции (в сторону).	музыкальность. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	- объяснение. - показ.
Элементы народного танца		Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве.	- инструкция.

		шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.) 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-	- научить перестраиватьс я 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 русского	- инструкция. - объяснение. - показ. - объяснение.

		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».) Поклон поясной, праздничный; простой дробный шаг, беговой шаг, боковой ход припадание, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, удары по подошве сапога, дробная дорожка,	танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - закрепить пройденный материал. - развить музыкальность, чувство ритма. - укрепить здоровье детей	- импровизация. - инструкция. - показ. - объяснение. - объяснение. - показ.

		дорожка в «три ножки», «трилистник», «гармошка». См. приложение, Игротанцы: Полька тройками, Русский хоровод.		
Танцевальные этюды, игры и танцы.	Веселая Карусель	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.) Разминка «Карусельные лошадки»	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной	- инструкция. - инструкция.

		(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,	осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить творческие способности	- объяснение. - показ. - объяснение. - импровизация. - инструкция. - показ.

	Навстречу к солнцу	подскоки на месте, бег на месте с высоким подниманием колен.) Танцевальная композиция «Не детское время» См. приложение, Игровые упр. на расслабления тела: Медузы, См. приложение, Муз-подв. игры: Трансформер, Погода. См. приложение, Игровой самомассаж: Чебурашка, Буратино Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно,	ребенка. - развить моторику. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей. - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиватьс я из одного рисунка в	- объяснение. - объяснение. - показ. - объяснение. - показ. - объяснение. - импровизац

		пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - круг, квадрат, диагонали, два круга, «прочес», змейка, шахматный порядок.) Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. См. приложение, Дыхательная гимнастика: Гуси шипят, Паровоз См. приложение, Потряхивание различными частями тела 1-5 См. приложение, Игротанцы: Большая прогулка	другой. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - формируются навыки правильного дыхания -учат ребенка расслабляться - укрепить здоровье детей - формировать правильное исполнение танцевальных	ия. - инструкция. - показ. - объяснение. - объяснение. - показ. - объяснение.
	Приключение в лесу			

			шагов.	- показ.
		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.) См. приложение, Игровой самомассаж: Лебединая шея, Ладошки – Мочалка. См. приложение, Муз-подв. игры: Найди свое место, Гулливер и Лилипуты, Капкан, Круг и	- Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - формировать правильную осанку. - расслабление мышц - формирует внимание - научить перестраиваться из одного рисунка в другой	- объяснение. - импровизация. - инструкция. - показ. - объяснение. - объяснение. - показ.

		кружочки. См. приложение, Посигментное расслабление 1-7 См. приложение, Игротанцы: Старый жук, прогулка		