

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка – «Детский сад № 173»  
(МБДОУ ЦРР – «Детский сад № 173»)

ПРИНЯТО:  
Педагогическим советом МБДОУ  
ЦРР – «Детский сад № 173»  
протокол от 27.08.2020 № 1

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ ЦРР –  
«Детский сад № 173»  
С.А.Амосова  
приказ от 31.08.2020 № 116-осн



Документ подписан электронной подписью

 Амосова С.А.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
«ОБУЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИИ»**

Направленность: художественная  
Срок реализации: 7,5 месяцев  
Возраст обучающихся:  
дети от 5 до 7 лет  
Автор-составитель:  
Бурыкина Татьяна Владимировна  
педагог дополнительного  
образования

г.Барнаул  
2020

## Содержание

1	Комплекс основных характеристик программы	2
1.1	Пояснительная записка	2
1.2	Цели и задачи Программы	4
1.3	Планируемые результаты	5
1.4	Принципы	10
1.5	Возрастные особенности	11
1.6	Содержание программы	12
2.	Комплекс организационно – педагогических условий	
2.1	Календарный учебный график	17
2.2	Условия реализации Программы	17
2.3	Форма аттестации	18
2.4	Оценочные материалы	18
2.5	Описание вариативных форм, способов, методов и средств	18
2.6	Взаимодействие с семьями воспитанников	19
2.7	Литература	20
2.8	Приложения	20
	Лист изменений и дополнений	43

# **1. Комплекс основных характеристик программы**

## **1.1 Пояснительная записка**

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Закон № 273-ФЗ);
- Постановления Правительства РФ от 15.08.2013 №706 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»
- Закона Российской Федерации от 07.02.1992 №2300-1«О защите прав потребителей»
- Постановления главного государственного санитарного врача российской Федерации от 15.05.2013 №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.3049-13»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 25.10.2013 №1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам»
- Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 29.05.2014 №785 «Об утверждении требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления на нем информации»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Приказ Главного управления образования и молодёжной политик Алтайского края от 19.03.2015 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных, общеразвивающих программ»
- Приказ комитета по образованию города Барнаула от 29.08.2016 №1549-осн «Об утверждении методических рекомендаций по оказанию платных образовательных услуг муниципальными образовательными организациями».
- Стоимость платных образовательных услуг определяется в соответствии с приказом комитета по образованию города Барнаула от 14.12.2010 №825-осн. (в редакции приказа от 19.06.2017 №1211)
- Устав МБДОУ ЦРР «Детский сад №173» г. Барнаула.

### **Актуальность программы**

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 4-7 лет.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

**Направленность программы:** художественная.

**Адресат программы:** дети дошкольного возраста (4 – 7 лет).

**Срок и объём освоения программы:** 7,5 месяцев, 58 часов.

**Форма обучения:** очная.

### **Особенности организации образовательной деятельности**

Программа рассчитана на три года обучения и рекомендуется для занятий детей с 4 до 7 лет. Рабочая программа обучение хореографии предлагает проведение занятий 2 раза в неделю. Исходя из календарного года (с 2 октября по 29 мая) количество часов, отведенных для занятий 60ч. Занятия длятся в средней группе 20 мин, в старшей 25 мин, в подготовительной группе 30 мин.

Группа	Продолжительность	Количество в неделю	Количество в год
Средняя группа (4-5 лет)	20 мин.	2	58
Старшая группа (5-6 лет)	25 мин.	2	58
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	30 мин.	2	58

### **1.2 Цель и задачи Программы**

**Цель:** приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства. **Задачи:**

**Образовательные:**

- Познакомить воспитанников с миром хореографического искусства, его историей.
- Изучить основные понятия и термины.
- Научить ориентироваться в разнообразии танцевальных жанров.

**Развивающие:**

- Укреплять здоровье: способствовать формированию правильной осанки, развитию опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, совершенствованию работы органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма воспитанника.
- Создавать необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой для выполнения танцевальных движений.

- Совершенствовать психомоторные способности дошкольников: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые качества, координационные способности; содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой, развивать ручную умелость и мелкую моторику.
- Развивать творческие способности в области хореографии: мышление, воображение.

Личностные:

- Воспитывать у детей чувство музыкального и художественного вкуса в мире музыки и танца.
- Формировать у детей любовь к искусству музыки и танца, трудолюбие и чувство товарищества, целеустремленность в достижении поставленной цели, инициативу и уверенность в себе, даже если воспитанник не обладает выдающимися хореографическими данными.
- Учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех. - Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи.

Метапредметные:

- Развивать навыки самостоятельного выражения движений под музыку
- Развивать познавательную активность, интерес к хореографическому искусству.

### **1.3 Принципы и подходы к формированию Программы**

Принципы хореографической деятельности, в соответствии с которыми складываются закономерности, правила и требования, предъявляемые к педагогу, определяют его деятельность по всесторонней подготовке ребенка к будущей жизни, раскрытию у него жизненно важных сил, гармоническому развитию. В хореографической деятельности наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания.

#### **Общепедагогические принципы:**

1. Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты
2. Принцип систематичности. Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.
3. Принцип вариативности. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и

психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

4. Принцип наглядности. Это показ руководителем определенных упражнений.

5. Принцип доступности. Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

6. Закрепление навыков. Это выполнение упражнений на повторных занятиях и в домашних условиях.

7. Принцип индивидуализации. Индивидуальный учет способностей каждого ребенка. Формирование творчества в танце – очень тонкий, хрупкий процесс. Поэтому, при использовании всех перечисленных методов обучения, необходимыми являются **следующие условия:**

- Чтобы дети не теряли интереса к изучаемому материалу, не следует работать над каждым упражнением или этюдом дольше 2-4 занятий подряд. Даже если за это время выполнены не все поставленные задачи, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя.
- В процессе обучения используются атрибуты с целью побуждения детей к более выразительному исполнению движений. В связи с этим нужно отбирать яркий, эстетически – выразительный игровой материал в том количестве, которое необходимо для занятий.
- На занятиях должна быть доброжелательная обстановка, искренний и чуткий интерес педагога к любым, малейшим находкам, успехам своих воспитанников; поддержка и поощрение их самостоятельности.
- Чрезвычайно важно воспитывать такое же внимательное отношение у детей друг к другу, их умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей. Все это создает действительно творческую атмосферу на занятиях, без которой невозможно становление и развитие творчества.

## **1.4 Возрастные особенности детей**

### **средней группы (4 – 5 лет)**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска Характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для

освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

### **старшей группы (5 – 6 лет)**

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные

произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

### **подготовительной группы (6 – 7 лет)**

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества. Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

**Для подбора упражнений соответствующие темпу музыке предлагаются следующие критерии:**

- Быстрый бег;
- Подскоки, галоп;
- Маховые движения;
- Наклоны;

- Повороты, наклоны головы, растягивания.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

## **1.5 Планируемые результаты**

### **В возрастной группе от 4 до 5 лет:**

- будет обладать устойчивой установкой положительного отношения к занятиям по хореографии;
- будет иметь представление об основных правилах группового танца; овладеет понятиями: хореографическое искусство, артист балета, хореограф, синхронность, комбинация и др.;
- научится ориентироваться в основных композиционных построениях: круг, линия, колонна;
- будет ориентироваться в сценическом пространстве, выполняя элементарные композиционные перестроения по ходу танца;
- будет стремиться исполнять танцевальные движения синхронно, эмоционально выражать характер музыки или конкретного героя в танце.

### **У обучающегося:**

- будет сформирована вовлеченность в танцевальную деятельность с атрибутами, будет проявляться к ним (атрибутам) выраженный интерес;
- будет воспитано уважение к правилам поведения на занятии, а так же понимание зачем нужна форма, поклон на занятии;
- будет развито ответственное отношение к выступлению перед зрителями в составе танцевальной группы.

### **В возрастной группе от 5 до 6 лет:**

- будет способен к волевым усилиям в процессе освоения новых движений и танцев;
- будет знать основные понятия: экзерсис, партер, композиция, сюжет, парный танец, ритм;
- будет ориентироваться в основных композиционных построениях: диагональ, змейка, улитка, разноброс;
- будет понимать композицию танца, перестраиваясь и выполняя танцевальные движения;
- будет уметь согласовывать танцевальные движения в парном танце;

- будет иметь представление об основных позициях ног и рук, ориентироваться в них;
- будет стремиться танцевать синхронно со всей группой, под заданный музыкой ритм, координировать одновременно движения рук, ног и корпуса;
- получит первоначальные навыки простой танцевальной импровизации.

**У обучающегося:**

- будет сформирован интерес к разнообразию направлений хореографического искусства;
- будет развит интерес к групповому исполнению;
- будет проявлять ярко выраженный интерес к самостоятельному исполнению танцевальных движений и комбинаций.

**В возрастной группе от 6 до 7 лет :**

- Уметь двигать в соответствии с характером музыки.
- Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.
- Уметь реагировать на начало и окончание музыки.
- Переходить от одного движения к другому.
- Самостоятельно ориентироваться в пространстве.
- Передавать хлопками динамический и ритмический рисунок музыки.
- Уметь изменять движения с изменением характера музыки.
- Уметь создавать музыкально – двигательный образ.
- Исполнять плясовые движения, действовать с воображаемыми предметами.
- будет выполнять движения с предметами.
- будет уметь выполнять пространственные задания по замыслу.

**У обучающегося:**

- будет сформирована вовлеченность в танцевальную деятельность с атрибутами, будет проявляться к ним (атрибутам) выраженный интерес;
- будет воспитано уважение к правилам поведения на занятии, а так же понимание зачем нужна форма, поклон на занятии;
- будет развито ответственное отношение к выступлению перед зрителями в составе танцевальной группы.
- будет сформирован интерес к разнообразию направлений хореографического искусства;
- будет развит интерес к групповому исполнению;
-

– будет проявлять ярко выраженный интерес к самостоятельному исполнению танцевальных движений и комбинаций.

**К концу обучения ребенок:**

знает	имеет представление	умеет
Элементы партерной гимнастики.	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях.	- линия; - колонка; - круг; - движения по линии танца и против линии танца.
Упражнения для разминки.		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца.	О классическом танце и балете в целом.	- позиции рук; - перевод рук из одного положения в другое; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.		- позиции ног; - relieve; - demi – plie; - sothe; - различные виды бега и танцевальных шагов; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
Положения и движения рук народного танца.	О русском народном танца, о русских традиция и праздниках.	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; - взмахи платочком и кистью;

		- «полочка».
Положения и движения ног народного танца.		- позиции ног; - battement tendu в народном характере с переводом с носка на каблук; - притопы; - приставные шаги; - танцевальные движения.
Этюды.	О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танец «Лето».

знает	имеет представление	умеет
Квадрат А.Я.Вагановой.	О классическом танце.	Ориентироваться в танцевальном зале.
Положения и движения рук классического танца.	О port de bras (классического танца).	Правильно переводить руки из одного положения в другое.
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса).	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту).
Положения и движения рук народного танца: (положение кисти на талии, port de bras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.)	О русском народном танце.	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши.
Положения рук в паре.	О работе партнеров в паре.	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре.
Движения ног народного танца.	О русском народном танце.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту.

	(мальчики) – о присядке.	Правильно выполнять резкое и плавное приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка».
Движения бального танца.	Об историко-бытовом танце.	Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Уметь чувствовать своего партнера.
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

## 2. Комплекс организационно – педагогических условий

### 1.6 Содержание программы

#### Содержание работы детей 4-5 лет

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;

- обогащение слушательского опыта – включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков («Детский альбом» П. Чайковского, «Бирюльки» М. Майкапара);
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое-грустное, шаловливое-спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3 частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;
- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;
  - бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («Бабочки», «Птички», «Ручейки» и т.д.), широкий («Волк»), острый (бежим по «горячему песку»);
  - прыжковые движения – на двух ногах на месте, продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки;
- общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;
- имитационные движения разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса»,

«усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения.

плясовые движения – элементы народных плясок, доступных по координации.

Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, строится в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой – развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи – в умении выразить свое восприятие в движениях, а также рисунках, в словесном описании.

Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта;
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее

на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

Содержание работы детей 5 – 7 (старший дошкольный возраст)

В этом возрасте ребенок – дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3 частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;

- развитие способности различать жанр произведения – плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях.

Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным» шагом, с ускорением замедлением;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;
- прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «легкий» и «сильный» и др.;

общеразвивающие упражнения - на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

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

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

Развитие умений ориентироваться в пространстве:

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на

основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.).

Развитие творческих способностей:

- Развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

Развитие и тренировка психических процессов:

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

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

-развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде».

Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам;
- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;
- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослого: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

### Показатели уровня развития детей:

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

### 2.1. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года		
Учебный год	19.10.2020 - 31.05.2021	
Первое полугодие	12 недель/21 занятие	
Второе полугодие	20 недель /37 занятий	
Праздничные (нерабочие) дни		
День народного единства	04.11.2020	1 день
Новогодние праздники	01.01.2020 -	10
День защитника Отечества	10.01.2021	дней
Международный женский день	21.02.2020 -	3 дня
День Весны и Труда	23.02.2021	3 дня
День Победы	06.03.2020 -	3 дня
	08.03.2021	3 дня
	01.05.2020 -	
	03.05.2021	
	08.05.2020 -	
	10.05.2021	
Период обучения по общеразвивающим программам		
Наименование программы	ДООП «Обучение хореографии»	
Начало учебного года	19.10.2020	
Окончание	31.05.2021	

учебного года	
Первое полугодие	12 недель/21 занятие
Второе полугодие	20 недель/37 занятий
Продолжительность занятий	4-5- лет 20 мин 5-6 лет 25 мин 6-7 лет 30 мин

## 2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Количество занятий в неделю	2
Количество занятий в месяц	8
Количество учебных дней	58
Дата начало и окончания учебного года	с 12 октября по 31 мая

## 2.2 Условия реализации программы

### **Организация предметно-пространственной развивающей среды.**

К организации предметно-пространственной среды относятся условия, обеспечивающие качество уровня развития у дошкольников музыкально-ритмических и танцевально-творческих навыков:  
- музыкальный зал, спортивный зал с зеркалами ;  
- наличие музыкальной аппаратуры, компьютер.

### **Материально – техническое обеспечение:**

1. Музыкальный зал.
2. СД – диски, видеодиски.
3. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон.

## 2.3 Форма аттестации

Итоговый отчётный концерт.

## 2.4 Оценочные материалы

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

### **Воспитанник будет знать:**

- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- знать позиции ног.

### **Воспитанник будет уметь:**

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

Итоговое занятие проводится в форме концерта. Концерт является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации дошкольников.

## **2.5 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы.**

- Занятие
- Репетиция
- Концерт

### **Наглядные методы**

- Познавательная и практическая деятельность на занятиях.
- Наблюдение
- показ способов действий:
  - ✓ Личный показ
  - ✓ Зеркальный показ
- показ образца (показ педагога каждого танцевального элемента).

### **Практические методы**

Упражнение (многократное повторение детьми практических действий заданного содержания).

### **Игровые методы и приемы.**

- Дидактические игры. Им присущи две функции:
  1. Совершенствование и закрепление знаний.
  2. Усвоение новых знаний и умений разного содержания.
- Игровые действия.
- Создание игровой ситуации.

### **Словесные методы и приемы**

- Рассказ педагога
- Беседа
  - ✓ Этическая беседа имеет целью воспитание нравственных чувств, формирование нравственных представлений, суждений, оценок.
  - ✓ познавательных бесед
  - ✓ беседы вводные
  - ✓ обобщающие (итоговые).

## 2.6 Взаимодействие с семьями воспитанников

Для успешной реализации рабочей программы должно быть обеспечено взаимодействие с родителями по развитию музыкально-ритмических, творческих, двигательных способностей. Важнейшим условием необходимым для создания социальной ситуации развития детей является взаимодействие с родителями по вопросам образования ребёнка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность.

### **Цель взаимодействия хореографа с семьёй:**

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и повышение компетентности родителей в вопросах развития музыкально-ритмических способностей дошкольников; обеспечение права родителей на уважение и понимание.

### **План работы с семьёй на 2020 – 2021 учебный год**

<b>месяц</b>	<b>Взаимодействия с родителями</b>
сентябрь	Беседы о пользе танца, о внешнем виде на занятии
октябрь	Помощь в изготовлении атрибутов
ноябрь	Помощь в изготовлении костюмов к танцам
декабрь	Привлекать к изготовлению костюмов и к совместному проведению новогоднего праздника
январь	Помощь в изготовлении атрибутов
февраль	Помощь в изготовлении костюмов к танцам и атрибутов
март	Помощь в изготовлении атрибутов
апрель	Привлекать к изготовлению костюмов и атрибутов к совместному проведению отчётного концерта
май	Отчётный концерт

## **2.7 Литература**

1. А.И. Буренина «Ритмическая мозайка». Программа по ритмической пластики для детей 3 – 7 лет. ООО «Редакция журнала «Музыкальная политра»», 2012г.
2. Е.П. Раевская, С.Д. Руднева, Г.Н. Соболева, З.Н. Ушакова, В.Г. Царькова «Музыкально – двигательные упражнения в детском саду», 3-е издане «М.: Просвещение», 1991г.
3. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина «Музыка и движение», Москва: Просвещение, 1984г.

# Приложение

## Тематический планирование

### Средняя группа

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	<u>Вводное занятие.</u>
2.	<u>Партерная гимнастика:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп;</li><li>- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;</li><li>- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;</li><li>- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;</li><li>- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;</li><li>- упражнения для исправления осанки;</li><li>- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.</li></ul>
3.	<u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- игра «Найди свое место»;</li><li>- простейшие построения: линия колонка;</li><li>- простейшие перестроения: круг;</li><li>- сужение круга, расширение круга;</li><li>- интервал;</li><li>- различие правой, левой руки, ноги, плеча;</li><li>- повороты вправо, влево;</li><li>- пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7);</li></ul>
4.	<u>Упражнения для разминки:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- повороты головы направо, налево;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, «Марионетки»;</li> <li>- наклоны корпуса назад, вперед, в сторону;</li> <li>- движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Стирка», «Незнайка»;</li> <li>- повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед;</li> <li>- повороты плеч с одновременным полуприседанием;</li> <li>- движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх;</li> <li>- «Качели» (плавный перекат с полупальцев на пятки);</li> <li>- чередование шагов на полупальцах и пяточках;</li> <li>- прыжки поочередно на правой и левой ноге;</li> <li>- простой бег (ноги забрасываются назад);</li> <li>- «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра);</li> <li>- «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра);</li> <li>- «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед);</li> <li>- прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без;</li> <li>- бег на месте и с продвижением вперед и назад.</li> </ul>
5.	<p><u>Классический танец.</u></p> <p>1. <i>Постановка корпуса.</i></p> <p>2. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовительная позиция;</li> <li>- позиции рук (1,2,3);</li> <li>- постановка кисти;</li> <li>- раскрытие и закрывание рук, подготовка к движению;</li> </ul> <p>3. <i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции ног (выворотные 1,2,3);</li> <li>- demi plie (по 6 позиции);</li> <li>- relieve ( по 6 позиции);</li> <li>- sette ( по 6 позиции);</li> <li>- легкий бег на полупальцах;</li> <li>- танцевальный шаг;</li> <li>- танцевальный шаг по парам ( руки в основной позиции);</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- перенос корпуса с одной ноги на другую (через <i>battement tendu</i>);</li> <li>- реверанс для девочек, поклон для мальчиков.</li> </ul> <p>4. <i>Танцевальные комбинации.</i></p>
6.	<p><u>Народный танец.</u></p> <p>1. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовка к началу движения (ладошка на талии);</li> <li>- хлопки в ладоши;</li> <li>- взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.);</li> <li>- положение «полочка» (руки перед грудью);</li> <li>- положение «лодочка».</li> </ul> <p>2. <i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая);</li> <li>-простой бытовой шаг;</li> <li>- « Пружинка»-маленькое тройное приседание ( по 6 позиции);</li> <li>- «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса;</li> <li>- <i>battement tendu</i> вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере;</li> <li>- <i>battement tendu</i> вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием;</li> <li>- притоп простой, двойной, тройной;</li> <li>- ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами;</li> <li>- простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции;</li> <li>- простой приставной шаг с притопом;</li> <li>-поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без);</li> <li>- приставной шаг с приседанием;</li> <li>- приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения);</li> <li>- приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота;</li> <li>- приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения);</li> <li>- приставные шаги по парам , лицом друг к другу (положение рук «лодочка»);</li> <li>- «елочка»;</li> </ul>

	- «ковырялочка»; - поклон в русском характере (без рук). <i>3. Танцевальные комбинации.</i>
7.	Танцевальные этюды, танцы: - сюжетный танец
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
9.	Итоговое контрольное занятие.
ИТОГО: 58 часов	

## Старшая группа

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<p><u>Классический танец :</u></p> <p>1. <i>Повторение пройденного материала</i></p> <p>2. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положение прямо (анфас), полуоборот, профиль;</li> <li>- свободное размещение по залу, пары, тройки;</li> <li>- квадрат А.Я.Вагановой.</li> </ul> <p>3. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перевод рук из одного положения в другое.</li> </ul> <p>4. <i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции ног (выворотные);</li> <li>- шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад;</li> <li>- танцевальный шаг назад в медленном темпе;</li> <li>- шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад)</li> </ul> <p>- demi-plie по 1,2,3 поз.;</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сочетание полуприседания и подъема на полупальцы;</li> <li>- <i>sotte</i> по 1,2,6 поз.;</li> <li>- <i>sotte</i> в повороте (по точкам зала).</li> </ul> <p>5. <i>Танцевальные комбинации.</i></p>
4.	<p><u>Народный танец :</u></p> <p>1. <i>Повторение пройденного материала</i></p> <p>2. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положение на поясе – кулачком;</li> <li>- смена ладошки на кулачок;</li> <li>- переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца);</li> <li>- хлопки в ладоши – двойные, тройные;</li> <li>- руки перед грудью – «полочка»;</li> <li>- «приглашение».</li> </ul> <p>3. <i>Положение рук в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «лодочка» (поворот по руку);</li> <li>- «под ручки» (лицом вперед);</li> <li>- «под ручки» (лицом друг к другу);</li> <li>- сзади за талию ( по парам, по тройкам).</li> </ul> <p>4. <i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шаг с каблука в народном характере;</li> <li>- простой шаг с притопом;</li> <li>- простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта);</li> <li>- простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию);</li> <li>- <i>battement tendu</i> вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с <i>demi-plie</i>;</li> <li>- <i>battement tendu</i> вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом;</li> <li>- притоп простой, двойной, тройной;</li> <li>- простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу;</li> <li>- простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад;</li> <li>- танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса</li> </ul>

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

	<p>1. <i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шаги: бытовой, танцевальный;</li> <li>- поклон и реверанс;</li> <li>- « боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям);</li> <li>- «пике» (одинарный, двойной) в прыжке;</li> <li>- легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед.</li> </ul> <p>2. <i>Движения в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика;</li> <li>- « боковой галоп» вправо, влево;</li> <li>- легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону.</li> </ul> <p>3. <i>Положения рук в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основная позиция;</li> <li>- «корзиночка».</li> </ul> <p>4. <i>Танцевальные комбинации.</i></p>
7.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
8.	Итоговое контрольное занятие.
9.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 58 часов	

### **Подготовительная группа.**

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<p><u>Классический танец:</u></p> <p>1. <i>Повторение пройденного материала</i></p> <p>2. <i>Движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- port de bras.</li> </ul> <p>3. <i>Движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-demi-plie ;</li> </ul>

	<p>- battement tendu;</p> <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
3.	<p><u>Народный танец:</u></p> <p>1. Повторение пройденного материала</p> <p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- переводы рук из одного положения в другое;</li> <li>- скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»;</li> <li>- скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики);</li> <li>- взмахи платочком (девочки).</li> </ul> <p>3. Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поклон в русском характере;</li> <li>- кадильный шаг с каблука;</li> <li>- шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу);</li> <li>- пружинящий шаг;</li> <li>- хороводный шаг;</li> <li>- хороводный шаг с остановкой ноги сзади;</li> <li>- хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок;</li> <li>- переменный ход вперед, назад;</li> <li>- «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук);</li> <li>- ковырялочка с подскоком;</li> <li>- боковое «припадание» по 3 поз.;</li> <li>- «припадание» в повороте;</li> <li>- перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону;</li> <li>- поочередное выбрасывание ног перд собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад);</li> <li>- подготовка к «веревочке»;</li> <li>- «веревочка»;</li> <li>- прыжок с поджатыми;</li> </ul> <p><u>(девочки):</u></p>

	<p>- вращение на полупальцах;</p> <p><u>(мальчики):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»);</li> <li>- присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу;</li> <li>- присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук;</li> <li>- скользящий хлопок по бедру, по голени;</li> <li>-одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад;</li> <li>- «гусиный шаг».</li> </ul> <p>4. <i>Движения в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соскок на две ноги лицом друг к другу;</li> <li>- пружинящий шаг под ручку ( в повороте).</li> </ul> <p>6. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «воротца»;</li> <li>- «карусель».</li> </ul> <p>5. <i>Танцевальные комбинации.</i></p>
4.	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. <i>Повторение пройденного материала</i></p> <p>2. <i>Положения и движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- раг польки (по одному, по парам);</li> <li>- раг польки в сочетании с подскоками;</li> <li>- «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад);</li> <li>- прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу;</li> <li>- «подскоки» в повороте (по одному и по парам).</li> </ul> <p><i>Вальс:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- раг вальса (по одному, по парам);</li> <li>- раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад).</li> </ul> <p><i>Чарльстон:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основное движение – «чарльстона»;</li> <li>- двойной чарльстон;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- чередование одинарного и двойного чарльстона;</li> <li>- чарльстон с точкой вперед, назад, с продвижением вперед, назад, с поворотом;</li> <li>- пружинящий шаг с открыванием рук в стороны.</li> </ul> <p><i>3. Движения в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину;</li> <li>- легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта).</li> </ul> <p><i>4. Танцевальные комбинации.</i></p>
5.	<p>Этюды:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Русская плясовая»;</li> <li>- «Полька»;</li> <li>- «Чарльстон».</li> </ul>
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 58 часов	

### Лист изменений и дополнений

дата	содержание

