

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол от 28.08.2024 № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Винни-Пух»
_____ Н.В. Рыбкина
приказ от 02.09.2024 №184

**Дополнительная общеразвивающая
программа
«Обучение хореографии»
художественной направленности**

для детей 5-7 лет

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад «Винни-Пух»

срок реализации программы – 2 года

Автор - составитель:

педагог дополнительного образования

Михайлова И.В.

Тамбов, 2024

Пояснительная записка.

Направленность программы: художественная

Актуальность

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДОУ, определяется через выбор хореографического направления. Данная программа строится на обширном изучении русского народного танца, наиболее понятного и доступного детям дошкольникам.

Программа «Танцевальный калейдоскоп» ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

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

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

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

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

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

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

Новизна

Новизна программы состоит в том, что предлагаемый материал можно использовать творчески, адаптируя к условиям работы. Программа ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога. В качестве музыкального сопровождения предлагаются целостные произведения в аудио записи или «живом» исполнении, а не отрывки, как это принято в традиционных музыкально- ритмических упражнениях. Целостный музыкальный образ передаётся разнообразными пластическими средствами, требующими свободного владения телом, музыкального слуха, богатого воображения и фантазии. Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. В процессе непосредственно образовательной деятельности используются различные виды музыкально – ритмической деятельности: образно – игровые композиции (инсценирование песен, сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные, пантомимические движения), танцевальные композиции и сюжетные танцы, общеразвивающие по типу детской аэробики, музыкальные игры, этюды.

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:

1. **обучающая** - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
2. **развивающая** – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;
3. **воспитывающая** –воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в пар.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др.

Программа «Танцевальный калейдоскоп» рассчитана на три года обучения и рекомендуется для занятий детей с 5 до 7 лет.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы – 5-7 лет.

- наполняемость группы (20-25 человек);
- состав групп (дети 5-6; 6-7 лет).

Условия приема детей -система набора на основании потребностей и желании родителей, воспитанников ДОУ.

Режим занятий: продолжительность занятия в старшем возрасте – 25 минут и в подготовительной к школе группе -30 минут в соответствии с санитарными нормами и возрастными особенностями детей.

Количество занятий – 8 занятий в месяц, январь – 6 занятий.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 2 года. Количество часов в год – 70 ч.

Формы организации деятельности обучающихся–групповая, фронтальная.

Ожидаемые результаты

К концу 1 года обучения дети должны:

знать	иметь представление	уметь
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. (мальчики) – о присядке.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту. 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.

К концу 2 года обучения дети должны:

знать	иметь представление	уметь
Элементы классического экзерсиса на середине.	О классическом танце.	- port de bras; - demi – plie; - battement tendu; - passé; - relieve.
Элементы народного танца.	О русском народном танце.	- поклон в русском характере; - различные виды шагов; - танцевальные движения; (мальчики): - присядку; - виды хлопков; - «гусиный шаг»; (девочки): - вращение на полупальцах.
Элементы бальных танцев.	О танцах: - «Полька»; - «Вальс»; - «Полонез»; - «Чарльстон».	Исполнять танцевальные движения различных танцев. Отличить движение «Вальса» от «Полонеза» или «Польки» от «Чарльстона».
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно танцевать тренировочные этюды, передавая характер и темп музыкального сопровождения.

Формы подведения итогов

1. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей – сентябрь.
2. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей – май.

Критерии определения уровня усвоения программы.

А. С трудом повторяет танцевальные движения после показа педагога, хотя присутствует желание воспроизводить движения также хорошо. Навыков выразительности нет.

Б. Выполняет танцевальные движения хорошо, владеет навыками эмоционально-выразительного исполнения.

В. Имеет творческое воображение, импровизирует, танцевальные движения эмоционально окрашены, имеет навыки актёрской выразительности. Сразу может повторить после показа педагога.

С. воспитанниками проводится промежуточная диагностика. Карта определения уровня освоения программы заполняется на каждую группу 2 раза в год карандашами разных цветов.

Оценка деятельности воспитанников даётся на отчётных мероприятиях в рамках программы работы детского сада, проводимых в течение года.

Содержание программы.

1. Вводное занятие.

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

2. Партерная гимнастика.

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

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

3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

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

4. Упражнения для разминки.

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

5. Народный танец.

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

6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu, demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7. Бальный танец.

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

Учебно-тематический план.

Старшая группа (для детей 5-6 лет).

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. 1 ч
2.	<p><u>Классический танец. 22 ч</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А.Я.Вагановой. <p>3. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перевод рук из одного положения в другое. <p>4. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные); - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; - танцевальный шаг назад в медленном темпе; - шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад). - <i>relleve</i> по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2 ,1/4, 1/8); - <i>demi-plie</i> по 1,2,3 поз.; - <i>demi-plie</i> с с одновременной работой рук; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - <i>sotte</i> по 1,2,6 поз.; - <i>sotte</i> в повороте (по точкам зала). <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
4.	<p><u>Народный танец. 22 ч</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок; - переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца);

- хлопки в ладоши – двойные, тройные;
- руки перед грудью – «полочка»;
- «приглашение».

3. Положение рук в паре:

- «лодочка» (поворот по руку);
- «под ручки» (лицом вперед);
- «под ручки» (лицом друг к другу);
- сзади за талию (по парам, по тройкам).

4. Движения ног:

- шаг с каблука в народном характере;
- простой шаг с притопом;
- простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта);
- простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию);
- battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с demi-plié;
- battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом;
- притоп простой, двойной, тройной;
- простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу;
- простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад;
- простой дробный ход (с работой рук и без);
- танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга);
- простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад;
- простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками;
- танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию);
- прыжки с поджатыми ногами;
- «шаркающий шаг»;
- «елочка»;
- «гармошка»;
- поклон на месте с руками;
- поклон с продвижением вперед и отходом назад;
- боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции;
- «ковырялочка» с двойным и тройным притопом;
- «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.

(мальчики)

- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции);
- подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция).

(девочки)

- простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями)
- маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»;
- бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»;

5. Упражнения на ориентировку в пространстве:

- диагональ;
- простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре;
- «звездочка»;
- «корзиночка»;
- «ручеек»;
- «змейка».

	6. Танцевальные комбинации.
5.	<u>Бальный танец. 15 ч</u> 1. Постановка корпуса, головы, рук и ног. 1. Движения ног: - шаги: бытовой, танцевальный; - поклон и реверанс; - боковой подъемный шаг (par eleve); - «боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); - «пике» (одинарный, двойной) в прыжке; - легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед. 2. Движения в паре: - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика; - «боковой галоп» вправо, влево; - легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону. 3. Положения рук в паре: - основная позиция; - «корзиночка». 4. Танцевальные комбинации.
6.	Этюды. 4 ч - сюжетный танец «Мотылек»; - «Кадриль»; - «Вальс».
7.	Подготовка к итоговому контрольному занятию. 2 ч
8.	Итоговое контрольное занятие. 2 ч
9.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста. 3 ч
ИТОГО: 70 часов	

Подготовительная к школе группа (для детей 6-7 лет).

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. 2 ч
2.	<u>Классический танец 20 ч</u> 1. Повтор 2 года обучения. 2. Движения рук: - port de bras. 3. Движения рук: -demi-plie ; - battement tendu; - passé; - relleve. 4. Танцевальные комбинации.
3.	<u>Народный танец 20 ч</u> 1. Повтор 2 года обучения. 2. Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки). 3. Движения ног: - поклон в русском характере;

	<ul style="list-style-type: none"> - кадильный шаг с каблука; - шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу); - пружинящий шаг; - хороводный шаг; - хороводный шаг с остановкой ноги сзади; - хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок; - переменный ход вперед, назад; - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук); - ковырялочка с подскоком; - боковое «припадание» по 3 поз.; - «припадание» в повороте; - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону; - поочередное выбрасывание ног перд собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад); - подготовка к «веревочке»; - «веревочка»; - прыжок с поджатыми; <p><u>(девочки):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - вращение на полупальцах; <p><u>(мальчики):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»); - присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу; - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук; - скользящий хлопок по бедру, по голени; -одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад; - «гусиный шаг». <p>4. Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соскок на две ноги лицом друг к другу; - пружинящий шаг под ручку (в повороте). <p>6. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «воротца»; - «карусель». <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
<p>4.</p>	<p><u>Бальный танец 18 ч</u></p> <p>1. Повтор 2 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения ног:</p> <p>Полька:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг польки (по одному, по парам); - раг польки в сочетании с подскоками; - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад); - прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам). <p>Вальс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг вальса (по одному, по парам); - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад). <p>Полонез:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг полонеза; - раг полонеза в парах по кругу. <p>Чарльстон:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основное движение – «чарльстона»; - двойной чарльстон; - чередование одинарного и двойного чарльстона;

	<p>- чарльстон с точкой вперед, назад, с продвижением вперед, назад, с поворотом;</p> <p>- пружинящий шаг с открыванием рук в стороны.</p> <p>3. Движения в паре:</p> <p>- легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину;</p> <p>- легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта).</p> <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
5.	<p>Этюды: 4 ч</p> <p>- «Русская плясовая»;</p> <p>- «Полька»;</p> <p>- «Чарльстон».</p>
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию. 2 ч
7.	Итоговое контрольное занятие. 2 ч
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста. 2 ч
ИТОГО: 70 часа.	

Календарно-тематический план.
СТАРШАЯ ГРУППА.

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<p><u>Занятие 1.</u> <i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</i></p> <p><u>Занятие 2.</u> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Упражнения на ориентировку в пространстве.</p>	<p><u>Занятие 3.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения ног.</p> <p><u>Занятие 4.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения рук.</p>	<p><u>Занятие 5.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.</p> <p><u>Занятие 6.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног(выворотные); - releve по 1,2,3 позициям.</p>	<p><u>Занятие 7.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - квадрат А.Я.Вагановой;</p> <p><i>Положения и движения ног:</i> -sotte по 1,2,6 позиции по точкам зала.</p> <p><u>Занятие 8.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Положения и движения ног:</i> - sotte в повороте (по точкам зала).</p>
О К Т Я Б Р Ь	<p><u>Занятие 9.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Положения и движения ног:</i> - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы.</p> <p><u>Занятие 10.</u> <i>(к.т.)</i></p>	<p><u>Занятие 11.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - свободное размещение по залу, пары, тройки.</p> <p><i>Положения и движения ног:</i> - шаги с высоким подниманием</p>	<p><u>Занятие 13.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i></p> <p><u>Занятие 14.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Танцевальная комбинация, основанная на</i></p>	<p><u>Занятие 15.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Сюжетный танец «Мотылек».</i></p> <p><u>Занятие 16.</u> <i>(к.т.)</i> <i>Сюжетный танец «Мотылек».</i></p>

	<p>Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в медленном темпе. 	<p>ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах.</p> <p>Занятие 12. (к.т.)</p> <p>Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - demi-plié с одновременной работой рук. 	<p>элементах классического танца.</p>	
Н О Я Б Р Ь	<p>Занятие 17. (н.т.)</p> <p>Повторение 1 года обучения.</p> <p>Положения и движения ног.</p> <p>Занятие 18. (н.т.)</p> <p>Повторение 1 года обучения.</p> <p>Положения и движения рук.</p>	<p>Занятие 19. (н.т.)</p> <p>Повторение 1 года обучения.</p> <p>Положения и движения ног.</p> <p>Занятие 20. (н.т.)</p> <p>Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение рук на поясе – кулачком; - смена ладшки на кулачок. 	<p>Занятие 21. (н.т.)</p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом. <p>Занятие 22. (н.т.)</p> <p>Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца). 	<p>Занятие 23. (н.т.)</p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта). <p>Занятие 24. (н.т.)</p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).
Д Е К А Б Р Ь	<p>Занятие 25. (н.т.)</p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plié. <p>Занятие 26. (н.т.)</p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - притоп простой, двойной, тройной; - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной 	<p>Занятие 27. (н.т.)</p> <p>Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «приглашение». <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу. <p>Занятие 28. (н.т.)</p> <p>Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - хлопки в ладони – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка». 	<p>Занятие 29. (н.т.)</p> <p>Положения рук в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «лодочка» (поворот под руку). <p>Занятие 30. (н.т.)</p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад. 	<p>Занятие 31. (н.т.)</p> <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - простой дробный ход (с работой рук и без). <p>Занятие 32. (н.т.)</p> <p>Положения рук в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «под ручки» (лицом вперед). <p>Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю

	позиции, в сочетании с притопом.			приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).
Я Н В А Р Ь	-	<u>Занятие 33.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i> - сзади за талию (по парам, тройкам). <i>Движения ног:</i> - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию). <u>Занятие 34.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - диагональ.	<u>Занятие 35.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «змейка»; - «ручеек». <u>Занятие 36.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</i>	<u>Занятие 37.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</i> <u>Занятие 38.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - прыжки с поджатыми ногами.
Ф Е В Р А Л Ь	<u>Занятие 39.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «шаркающий шаг». <u>Занятие 40.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «елочка»; <u>(мальчики):</u> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).	<u>Занятие 41.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «гармошка»; <u>(девочки):</u> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями). <u>Занятие 42.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; <u>(девочки):</u> - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».	<u>Занятие 43.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад. <u>Занятие 44.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); <u>(девочки):</u> - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».	<u>Занятие 45.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «звездочка». <u>Занятие 46.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «корзиночка».
	<u>Занятие 47.</u>	<u>Занятие 49.</u>	<u>Занятие 51.</u>	<u>Занятие 53.</u>

М А Р Т	<p>(н.т.) Движения ног: - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции. Занятие 48.</p> <p>(н.т.) Движения ног: - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.</p>	<p>(н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца. Занятие 50.</p> <p>(н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</p>	<p>(н.т.) «Кадриль». Занятие 52. (н.т.) «Кадриль».</p>	<p>(б.т.) Постановка корпуса, головы, рук и ног. Движения ног: - шаги: бытовой и танцевальный. Занятие 54.</p> <p>(б.т.) Движения ног: - поклон, реверанс.</p>
А П Р Е Л Ь	<p>Занятие 55. (б.т.) Движения ног: - «боковой галоп» простой (по кругу). Занятие 56. (б.т.) Движения ног: - «боковой галоп» с притопом (по линиям).</p>	<p>Занятие 57. (б.т.) Движения ног: - «пике» (одинарный) в прыжке. Занятие 58. (б.т.) Движения ног: - «пике» (двойной) в прыжке.</p>	<p>Занятие 59. (б.т.) Положения рук в паре: - основная позиция. Движения ног: - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед. Занятие 60. (б.т.) Движения в паре: - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика.</p>	<p>Занятие 61. (б.т.) Движения в паре: - «боковой галоп» вправо, влево. Занятие 62. (б.т.) Движения в паре: - легкое покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам.</p>
М А Й	<p>Занятие 63. (б.т.) Движения ног: - боковой подъемный шаг. Занятие 64. (б.т.) Положения рук в паре: - «корзиночка».</p>	<p>Занятие 65. (б.т.) Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца. Занятие 66. (б.т.) Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.</p>	<p>Занятие 67-68. Диагностика</p>	<p>Занятие 69-70. Итоговый концерт</p>

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА.

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
	Занятие 1.	Занятие 3.	Занятие 5.	Занятие 7.

С Е Н Т Я Б Р Ь	<p><i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</i> Занятие 2. <i>Повторение 2 года обучения.</i> Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук)</p>	<p><i>Повторение 2 года обучения.</i> Классический танец (положения и движения ног). Занятие 4. <i>(к.т.)</i> <i>Движения рук:</i> - port de bras.</p>	<p><i>(к.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - releve. Занятие 6. <i>(к.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - demi – plie.</p>	<p><i>(к.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - battement tendu. Занятие 8. <i>(к.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - passé.</p>
О К Т Я Б Р Ь	<p>Занятие 9. <i>Повторение 2 года обучения.</i> Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре). Занятие 10. <i>Повторение 2 года обучения.</i> Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).</p>	<p>Занятие 11. <i>Повторение 2 года обучения.</i> Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве). Занятие 12. <i>(н.т.)</i> <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое.</p>	<p>Занятие 13. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - поклон в русском характере. Занятие 14. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг.</p>	<p>Занятие 15. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с остановкой ноги сзади. Занятие 16. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.</p>
Н О Я Б Р Ь	<p>Занятие 17. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - переменный ход вперед, назад. Занятие 18. <i>(н.т.)</i> <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; <i>(девочки):</i> - взмахи платочком.</p>	<p>Занятие 19. <i>(н.т.)</i> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца»; - «карусель». Занятие 20. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - боковое «припадание» по 3 позиции.</p>	<p>Занятие 21. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - «припадание» в повороте. Занятие 22. <i>(н.т.)</i> <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок по бедру, по голени.</p>	<p>Занятие 23. <i>(н.т.)</i> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i> Занятие 24. <i>(н.т.)</i> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i></p>
Д	<p>Занятие 25. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - кадрильный шаг с каблука. Занятие 26.</p>	<p>Занятие 27. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (полупальцами по полу).</p>	<p>Занятие 29. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с</p>	<p>Занятие 31. <i>(н.т.)</i> <i>Движения ног:</i> - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной</p>

<p>Е К А Б Р Ь</p>	<p>(н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (каблуком по полу).</p>	<p>Занятие 28. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг.</p>	<p>открыванием рук). Занятие 30. (н.т.) Движения ног: «ковырялочка» с подскоком.</p>	<p>позиции на месте. Занятие 32. (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.</p>
<p>Я Н В А Р Ь</p>	<p>-</p>	<p>Занятие 33. (н.т.) Движения ног: - подготовка к «веревочке». Занятие 34. (н.т.) Движения ног: - «веревочка».</p>	<p>Занятие 35. (н.т.) Движения ног: - прыжок с поджатыми; (мальчики): - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком). Занятие 36. (н.т.) Движения ног: (мальчики): - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»)). Движения в паре: - соскок на две ноги лицом друг другу.</p>	<p>Занятие 37. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку по кругу; (мальчики): - присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу. Занятие 38. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку в повороте; (мальчики): - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.</p>
<p>Ф Е В Р А Л Ь</p>	<p>Занятие 39. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца». Движения ног: (мальчики): - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад. Занятие 40. (н.т.) Движения ног: (девочки):</p>	<p>Занятие 41. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «карусель». Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая). Занятие 42. (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца</p>	<p>Занятие 43. «Русская плясовая». Занятие 44. «Русская плясовая».</p>	<p>Занятие 45. Повтор 2 года обучения. Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре). Занятие 46. (б.т.) Движения ног: Полька: - раг польки (по одному); - раг польки (по парам).</p>

	- вращение на полупальцах; <u>(мальчики)</u> : - «гусиный шаг».	<i>(плясовая).</i>		
М А Р Т	<u>Занятие 47.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте. <u>Занятие 48.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - раг польки в сочетании с «подскоками».	<u>Занятие 49.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад). <u>Занятие 50.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.	<u>Занятие 51.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</i> <u>Занятие 52.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</i>	<u>Занятие 53.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Вальс:</i> - раг вальса (по одному, по парам). <u>Занятие 54.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Вальс:</i> - par balance (на месте, с продвижением вперед, назад).
А П Р Е Л Ь	<u>Занятие 55.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения в паре:</i> - легкий бег на полупальцах по парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину); - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка выполняет поворот под руку на сильную долю такта). <u>Занятие 56.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»).</i>	<u>Занятие 57.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полонез:</i> - раг полонеза; - раг полонеза (в парах, по кругу). <u>Занятие 58.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»).</i>	<u>Занятие 59.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - основное движение «Чарльстона». <u>Занятие 60.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - двойной чарльстон.	<u>Занятие 61.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - чередование двойного и одинарного чарльстона. <u>Занятие 62.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - чарльстон с точкой вперед, назад
М	<u>Занятие 63.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - чарльстон с продвижением вперед, назад и с	<u>Занятие 65.</u> <i>«Чарльстон».</i> <u>Занятие 66.</u> <i>«Чарльстон».</i>	<u>Занятие 67.</u> <u>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.</u>	<u>Занятие 69.</u> <u>Подготовка к итоговому концерту.</u> <u>Занятие 70.</u> <u>Итоговый</u>

А Й	поворотом. <u>Занятие 64.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны.		<u>Занятие 68.</u> <u>Диагностика</u> <u>уровня</u> <u>музыкально-</u> <u>двигательных</u> <u>способностей</u> <u>детей.</u>	<u>концерт.</u>
--------	---	--	---	------------------------

Техническое обеспечение:

- просторное помещение для занятий;
- музыкальный инструмент: фортепиано;
- CD-MP3-магнитофон;
- CD-MP3 диски с записями репертуара;
- реквизит к танцевальным постановкам.

Список литературы:

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