

РАССМОТРЕНО и ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад №248»
протокол № 2
от «27» мая 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 114

от «27» мая 2024 г.

Л.Ю. Попова



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

Направленность: художественная
Срок реализации: 9 месяцев
Возраст обучающихся: 3-7 лет
Автор-составитель:
Пестова Анастасия Ивановна,
педагог дополнительного образования

Барнаул, 2024

РАССМОТРЕНО и ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад №248»
протокол № 2
от «27» мая 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 114
от «27» мая 2024 г.
_____ Л.Ю. Попова

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

Направленность: художественная
Срок реализации: 9 месяцев
Возраст обучающихся: 3-7 лет
Автор-составитель:
Пестова Анастасия Ивановна,
педагог дополнительного образования

Барнаул, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1.	РАЗДЕЛ 1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи программы	7
1.3	Содержание программы	8
1.4	Принципы и подходы к формированию программы	29
1.5	Планируемые результаты	30
2.	РАЗДЕЛ 2. Комплекс организационно-педагогических условий	34
2.1	Календарный учебный план по обучению хореографии	34
2.2.	Календарный учебный график	51
2.3.	Условия реализации программы	52
2.4.	Формы аттестации	52
2.5.	Методические материалы	53
3.	Список литературы	56
	Приложение №1	57
	Приложение №2	75
	Лист изменений и дополнений	77

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Программа «Первые шаги» (хореография) для детей 3 - 7 лет, является неотъемлемой частью дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детского сада №248»

- Устава МБДОУ .

Направленность Программы: художественная.

Новизна Программы: в данной программе совмещены и сбалансированы не только упражнения для формирования танцевальной техники и постановка танцевальных номеров, но и танцевально-игровые средства обучения, а так же импровизационные задания. Такой подход развивает как физические данные обучающихся, так и творческие способности, творческую инициативу.

Актуальность Программы: в настоящее время со стороны родителей и детей спрос на образовательные услуги в области хореографии очень высок. Алтайский край славится своими хореографическими коллективами по всей России и за рубежом. Чаще всего дети начинают заниматься хореографией уже в младшем дошкольном возрасте. Родители считают, что ребенок, который умеет танцевать, лучше развивается физически, чувствует себя более уверенно в различных видах деятельности, не стесняется показывать свои достижения другим людям. Обучение хореографии в детском саду позволяет подготовить ребенка к дальнейшему обучению в хореографической студии, сформировать состояние успеха и желание развиваться в области танцевального искусства.

Отличительные особенности Программы: в программе сформирован акцент на обучение игровым методом. Такие темы программы как: «Танцевальные образы», «Танцевальные игры», позволяют через игру

развивать физические и творческие способности. Так же многие упражнения из темы «Формирование танцевальной техники» основаны на игровом методе, будь то название движения или форма его выполнения. В танцевальных постановках и в сопровождении танцевальных упражнений используется чаще всего современная детская музыка, та, которую дети слушают дома, которая им нравится, которая сопровождает современные мультфильмы и детские телепередачи.

Адресат Программы: программа рассчитана на обучение воспитанников с 3 до 7 лет.

Объем и срок освоения Программы: программа рассчитана на 9 месяцев обучения, всего 72 учебных часа.

Особенности организации образовательного процесса: форма занятий – групповая. Количественный состав – до 20 человек.

Режим занятий: занятия проводятся с 02 сентября 2024 года по 28 мая 2025 года 2 раза в неделю, по понедельникам и средам, во второй половине дня. Продолжительность занятий в группах: 3-4 года – 15 минут, 4-5 – 20 минут, 5-6 лет – 25 минут, 6-7 лет – 30 минут. Общее количество занятий в учебный год – 72.

Консультации для родителей: каждые понедельник и среда с 16.00 до 17.00. Проводятся индивидуально в режиме «вопрос-ответ».

В дошкольном периоде дети различных возрастов значительно отличаются по своему развитию. Поэтому в дошкольный период обучения хореографии дети делятся на группы в соответствии с возрастом воспитанников: от 3 до 4 лет, от 4 до 5 лет, от 5 до 6 лет, от 6 до 7 лет.

Знание возрастных особенностей детей даёт возможность находить более эффективные способы управления психическими процессами ребёнка, в том числе и в процессе обучения хореографии.

Возрастные особенности детей 3-4 лет

Дети 3-4 лет находятся в переходном периоде — от раннего детства к дошкольному. Еще сохраняются черты, характерные для предыдущего

возрастного периода, но уже происходит переход от наглядно-действенного мышления к наглядно-образному, укрепляется организм, улучшаются функции мышечно-двигательного аппарата. У детей появляется желание танцевать и активно действовать. Умение выполнять несложные движения под музыку дает ребенку возможность более самостоятельно двигаться, выполнять элементарные танцевальные движения, что доставляет им большую радость. Возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие танцевальных движений пока невелики. На занятиях с детьми от 3 до 4 лет педагог принимает активное участие, находясь в непосредственной близости от детей и вместе с ними, как в танцах, так и в упражнениях. Нередко даже выступления на мероприятиях не обходятся без участия педагога в танцевальном номере. Это стимулирует и поддерживает детей, способствует снятию напряжения и стеснения.

Возрастные особенности детей 4-5 лет

Дети 4-5 лет проявляют большую самостоятельность и активную любознательность. Это период вопросов. Ребенок начинает осмысливать связь между явлениями, событиями, делать простейшие обобщения, в том числе и по отношению к музыке. Значительно укрепляется двигательный аппарат. Освоение основных видов движений (бег, танцевальные шаги, движения рук и др.) в процессе обучения хореографии дает возможность шире их использовать в подготовке танцевальных постановок. Дети способны запомнить последовательность движений, прислушиваясь к музыке, запоминая наизусть текст песни. Педагог продолжает принимать активное участие непосредственно во всех частях занятия, постепенно приучая детей самостоятельно танцевать и выполнять упражнения. Главное в этот период стремление детей к самостоятельности в танцах оформить

свободным исполнением движений, выразительной подачей движения. Очень актуален в этом возрасте танец с предметом, танец в паре – такие виды танцев позволяют ребенку более свободно чувствовать себя на сцене, снимать эмоциональное напряжение во время выступления.

Возрастные особенности детей 5- 6 лет

Дети 5-6 лет находятся в переходном периоде — от раннего детства к дошкольному. Еще сохраняются черты, характерные для предыдущего возрастного периода, но уже происходит переход от наглядно-действенного мышления к наглядно-образному, укрепляется организм, улучшаются функции мышечно-двигательного аппарата. У детей появляется желание танцевать и активно действовать. Умение выполнять несложные движения под музыку дает ребенку возможность более самостоятельно двигаться, выполнять элементарные танцевальные движения, что доставляет им большую радость. Возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие танцевальных движений пока невелики. На занятиях с детьми от 5 до 6 лет педагог принимает активное участие, находясь в непосредственной близости от детей и вместе с ними, как в танцах, так и в упражнениях. Нередко даже выступления на мероприятиях не обходятся без участия педагога в танцевальном номере. Это стимулирует и поддерживает детей, способствует снятию напряжения и стеснения.

Возрастные особенности детей 6-7 лет

Дети 6-7 лет воспитываются в подготовительной к школе группе. Развиваются умственные способности детей, обогащается их мышление. Физическое развитие совершенствуется в различных направлениях и, прежде всего, выражается в овладении основными видами танцевальных движений, в их скоординированности. Возникает еще большая возможность

использовать движение как средство и способ развития музыкального восприятия, выражения себя средствами хореографии. Пользуясь танцевальным движением, воспитанник стремится проявить себя творчески, часто предлагая свое видение исполнения танцевальной постановки. В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии двигательной активности, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает желание и способность к исполнению разнообразных и сложных по координации танцевальных движений. Выступления перед зрителями становятся достаточно выразительными, движения четкими, а групповая работа слаженной и уверенной. Педагог сотрудничает с детьми, побуждая их проявлять себя творчески, стимулируя их к придумыванию собственных движений, комбинаций, сюжетов для танцев.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель Программы: создание оптимальных условий для всестороннего развития личности дошкольника средствами танцевальных движений и танцевально-игровых упражнений, пробуждение в детях стремления к творчеству, интереса к музыкальному и хореографическому искусству.

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. Содержание Программы.

Особенность обучения по Программе: в работе с дошкольниками теория напрямую связана с практикой. При знакомстве обучающихся с новым видом танца, движением, упражнением, и др. после теоретического объяснения необходимо сразу переходить к практическим действиям. Теория является сопровождением практического процесса непрерывно на протяжении всего учебного периода. Специфика хореографии предполагает повторяемость материала, его цикличность с постепенным усложнением

элементов в каждом последующем учебном цикле. В связи с этим, темы в разных возрастных группах почти не меняются, меняется лишь степень сложности исполнения.

Учебный план по обучению хореографии группы детей 3-4 лет.

Цель: познакомить воспитанников с основами танцевального движения, сформировать положительное отношение к занятиям по обучению хореографии.

Задачи: - научить повторять движения за педагогом, подражать его манере;
 - научить слушать музыку, слова песен и танцевать в соответствии с музыкой и словами в песнях;
 - научить выразительно исполнять элементарные танцевальные движения;
 - сформировать желание выступать перед зрителями и показывать свои достижения.

Основные термины: поклон, разминка, круг, линия, прыжок, осанка, танцевальный шаг, танцевальный бег, упражнение.

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			Формы аттестации/контроля
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	3	2	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники.	22	2	20	
Тема 3. Танцы для малышей.	25	2	23	
Тема 4. Танцевальные образы.	15 упражнений в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Тема 5. Танцевальные игры.	9 игр в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			

Тема 6. Танцуем как артисты.	16	1	15	выступление на утренниках
Тема 7. Подготовка и проведение открытого занятия.	6	0	6	творческий отчет
Итого за период	72	7	65	

Содержание учебного плана для возрастной группы 3-4 лет.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Рассказать о культуре поведения на занятии, основных правилах.

Познакомить детей с понятием «танец».

Практика.

Приветствие-поклон: «раз-два»-поднять одну руку четко вверх, «три-четыре»-резко поднять вторую руку, «пять-шесть-семь-восемь»-опустить корпус до упора вниз вместе с руками.

Танцуем элементарные подготовительные движения под простейшие мелодии.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

Упражнения для выработки правильной постановки корпуса – объяснить зачем нам нужно держать корпус ровно, как важно повторять специальные упражнения.

Упражнения для стоп.

Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела.

Основные танцевальные движения – объяснять, что значит выполнять движение «по танцевальному», чем оно отличается от физкультурного.

Учить останавливаться во время танца, не сталкиваясь с другими детьми.

Учить не разъединять ноги во время прыжка.

Практика.

«Прямая спинка»

«Деревья»

«Достань до небушка»

«Кошка»

«Солнышко»

Упражнения в партере:

Сидя на полу, ноги вытянуты – поднятие прямых ног – поднимаем мост, велосипед – поехали к бабушке на дачу.

Сидя на полу вытягиваем руки вверх, спину держим прямо – построили высокий дом.

Лежа на животе поднимаемся на руках, живот оставляем на полу – мышка выглядывает из норки.

Лежа на животе вытягиваем руки и ноги – натягиваем крепкую веревку.

Лежа на спине поднимаем голову и смотрим на носочки – где мои носочки, никуда не убежали?

Лежа на спине поднимаем ноги вверх и трясем ими – жучок упал на спинку.

Бег «горошек» (на полупальцах).

Марш учим без движений рук: солдаты – четкий марш, важный кот – медленный марш, все под характерную музыку.

Приставной шаг

Прыжки на двух ногах

Шаг с натянутого носка.

Топотушки лицом вперед, выбрасывание ног.

Описание упражнений см. Приложение №1

Тема 3. Танцы для малышей.

Теория.

Используя современные детские песенки, сначала «танцуем» по тексту.

Затем изучаем движения без привязки к тексту.

Практика.

Примеры песенок: У жирафа пятна-пятнышки везде, Червячки, Ежик, Мышь полезла в первый раз, песни из репертуара Железновых.

По мере развития танцевальных навыков, берем более сложные мелодии, например, губки бантиком, тусовка зайцев (зайчик Шнуфель), собачки, котята.

Тема 4. Танцевальные образы.

Теория.

Перед выполнением подробно объясняем как правильно делать, за чем нужно следить, какой характер, манера исполнения.

Практика.

«Осенние листочки»

«Кузнечики»: опустите

«Листопад»

«В лесу»

«Вороны»

«Птичка-невеличка»

Описание см. Приложение №1

Тема 5. Танцевальные игры.

Теория.

Объясняем правила поведения во время танцевальных игр.

Практика.

«Найди свое место»

«Иголочка – ниточка»

Описание игр см. Приложение №1

Тема 6. Танцуем как артисты.

Теория.

Используя знакомые танцы для малышей, игровыми приемами добавляем эмоциональную окраску движениям и эмоциям.

Практика.

Учим лицом изображать во время танца эмоции главных действующих персонажей. Например, в танце «Ежик» улыбаемся, но когда поется про лису, показываем лицом, как страшно ежику, как он боится лису. Также добавляем эмоциональную окраску движениям, учим детей танцевать более ярко, выразительно.

Постановка танцевальных номеров для выступлений на утренниках.

Тема 7. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

Повторение всех основных элементов структуры урока. Отбор наиболее выигранных, зрелищных по эмоциональной составляющей, танцев из репертуара.

Репертуар для открытого занятия: арбузики, губки бантиком, поезд, ляли поп, часики, морковка, собачки, котята и/или др.

Практика.

Учитывая особенности данной возрастной группы, отработка движений строится на игровых методах и приемах, основанных на образной подаче материала. Все движения выполняются под веселую яркую музыку.

Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства.

Структура открытого занятия: Построение круг, педагог принимает активное участие. Поклон. Разминка. Танцевальные упражнения. Танцы для малышей. Поклон.

Учебный план по обучению хореографии группы детей 4-5 лет.

Цель: способствовать физическому и творческому развитию обучающихся, сформировать установку положительного отношения к занятиям по хореографии.

Задачи: - рассказать о правилах группового танца;
- объяснить основные хореографические понятия;

- научить ориентироваться в основных композиционных построениях: круг, линия, колонна;
- научить эмоционально выражать характер музыки или конкретного героя в танце;
- сформировать интерес к танцу с предметом;
- закрепить правила поведения на занятии.

Основные термины: танец, поклон, разминка, круг, линия, диагональ, разноброс, танцевальный шаг, танцевальный бег, стречинг, подтянутость, прыжок, осанка, атрибут, комбинация.

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			Формы аттестации/ контроля
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	3	2	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники.	33	3	30	
Тема 3. Постановка танцевальных номеров.	26	1	25	выступление на утренниках
Тема 4. Танцевальные образы.	33 упражнений в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Тема 5. Танцевальные игры.	22 игры в течение учебного периода, в завершающей части занятия			
Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.	10	0	10	творческий отчет
Итого за период	72	6	66	

Содержание учебного плана для возрастной группы 4-5 лет.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием «танец», объяснить что такое приветствие-поклон:

Практика.

Приветствие-поклон: «раз-два»-поднять вытянутые руки вверх, «три-четыре»-поворот вокруг себя на полупальцах, «пять-шесть-семь-восемь»-медленно опустить прямые руки вниз с наклоном корпуса, ноги вместе. Движения для разминки: повороты головы, наклоны корпуса вправо-влево, приседания, марш на месте, бег на месте, прыжки на месте ноги держать вместе.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

Упражнения для выработки правильной постановки корпуса – объяснить зачем нам нужно держать корпус ровно, как важно повторять специальные упражнения.

Упражнения для стоп. Объяснить понятия: подъем, выворотность.

Элементарный стретчинг. Объяснить понятия «стретчинг».

Элементарные упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов.

Закрепление изучения порядка и качества движений в разминке.

Основные танцевальные движения. Познакомить детей с понятиями «танцевальный шаг», «танцевальный бег».

Элементарные движения в паре

Практика.

Первое упражнение для постановки корпуса.

Упражнения для стоп.

Второе упражнение для развития выворотности стопы.

Стречинг.

«Бревнышко».

«Веревочка».

Ускоряем темп воспроизведения движений, закрепляем их четкость и слаженность. Добавляем новые элементы: четкое движение плечами вверх-вниз, выполняем медленно через счет и быстро в каждый счет. Наклоны корпуса вправо влево выполняем с натянутой параллельно полу рукой.

«Качалочка».

Шаг с высоким поднятием бедра, шаг на полупальцах, бег на полупальцах, бег с высоким поднятием бедра, приставной шаг. Выполняем под спокойную ритмичную музыку.

Познакомить воспитанников с понятием «парный танец», правилами поведения между партнерами в танце. Движения: кружения с различными положениями рук, перемена мест партнеров, движение в паре по кругу.

Описание упражнений см. Приложение №1.

Тема 3. Постановка танцевальных номеров.

Теория.

Соединение движений в небольшие танцевальные комбинации. Танцевальный репертуар: «Большая стирка», «Далеко от мамы», «Чоколате» (новогодний танец).

Основы детского танца с предметом: научить правильно держать предмет, двигаться с ним на месте и в пространстве, а так же эмоционально взаимодействовать с ним.

Практика.

Композиция «Большая стирка».

Описание композиции см. Приложение №1.

Композиция «Далеко от мамы»: иллюстрируем текст песни группы «Барбарики», используя знакомые движения.

Постановка на основе изученных комбинаций.

Тема 4. Танцевальные образы.

Теория.

Объясняем как правильно выполнять, что мы развиваем выполняя тот или иной образ.

Практика.

«Часики»

«Силач»

«Лошадки»

«Солнышко»

«Утята»

«Чебурашка»

«Волна»

«Ванька-встанька»

«Воробышки»

«Мишка косолапый»

«Лебедь»

«Цветочек»

«Елка»

«Балерина»

«Слонята»

«Клоуны»

Описание см. Приложение №1

Тема 5. Танцевальные игры.

Теория.

Объясняем правила игры, цель и что развиваем играя.

Практика.

«Тихо-громко» -

«Иголочка - ниточка»

«Магазин игрушек»

«Усни-трава»

«Найди свое место»
«Создай образ»
«Море волнуется»
«Танцевальное эхо»
«Погода»
«Ай, да я!»

Описание игр см. Приложение №1

Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

Повторение основных теоретических понятий.

Практика.

Основные танцевальные движения: отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, а также увеличение скорости выполнения движений.

Повторение всех основных элементов структуры урока.

Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие. Разминка. Танцевальные шаги и бег по кругу.

Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Парный танец, танец с предметом. Танцевальная игра. Поклон.

Учебный план по обучению хореографии детей 5-6 лет

Цель: способствовать физическому и творческому развитию обучающихся, сформировать у обучающихся желание и способность к волевым усилиям в процессе освоения новых движений и танцев.

Задачи: - познакомить с основными теоретическими понятиями;

- научить ориентироваться в основных композиционных построениях;
- научить согласовывать танцевальные движения в парном танце;
- учить танцевать синхронно со всей группой;
- сформировать навыки простой танцевальной импровизации;

- способствовать формированию интереса к самостоятельному исполнению танцевальных движений и комбинаций.

Основные термины: танец, поклон, разминка, круг, линия, диагональ, разноброс, танцевальный шаг, танцевальный бег, стретчинг, подтянутость, прыжок, осанка, атрибут, подъем, образ, жест, композиция.

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			Формы аттестации/ контроля
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	3	2	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники.	34	3	31	
Тема 3. Постановка танцевальных номеров.	26	2	24	выступление на утренниках
Тема 4. Танцевальные образы.	22 упражнений в течение учебного периода, как составляющая часть основного занятия			
Тема 5. Танцевальные игры.	23 игры в течение учебного периода, в завершающей части занятия			
Тема 5. Подготовка и проведение творческого отчета.	9	0	9	творческий отчет
Итого за период	72	7	65	

Содержание учебного плана для возрастной группы 5-6 лет.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием, «образ», «жест»,

«танец», «приветствие-поклон». Показывая разминку рассказать о строении нашего тела и пояснить что мы разминаем каждым движением.

Практика.

Приветствие-поклон: стоим ноги вместе, руки на поясе, «раз-два»-топнуть правой ногой, «три-четыре»-хлопнуть в ладоши на каждый счет, «пять-шесть»-топнуть левой ногой, «семь-восемь»-хлопнуть в ладоши, «раз-два-три-четыре»- подняться на полупальцы и вытянуть руки вверх, «пять-шесть-семь-восемь»- медленно опустить корпус и руки вниз, спина прямая. Основные движения для разминки: повороты головы, круговые движения головой, наклоны корпуса вправо-влево с вытянутой рукой, приседания на полупальцах до пола, марш на месте, бег на месте с высоким подниманием бедра и чередованием положений рук, прыжки на месте с чередованием положений ног.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

Объясняем что развиваем каждым упражнением. Объясняем строение тела, названия его частей. Познакомить с понятием «диагональ».

Объяснить, что значит выражение «выразительно выполнять движения», учить выполнять движения слаженно всеми частями тела.

Практика.

- Упражнения для выработки правильной постановки корпуса:

«Солдатык»

«Ах, ладошки, вы, ладошки!»

«Дощечка»

- Стречинг

- Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе:

«Стойкий оловянный солдатик»

«Карусель»

«Лодочка»

Описание упражнений и стретчинга см. Приложение №1.

- Усложнение движений разминки, закрепление. Добавляем ритмичные покачивания плечами вверх-вниз, вперед-назад, по кругу. Движения выполняются на счет «раз-два-три-четыре», а также «раз-два», «раз-два-три».
- Основные танцевальные движения. Шаг с высоким поднятием бедра, шаг на полупальцах, переменный шаг, бег на полупальцах, бег с высоким поднятием бедра, подскоки, галоп.
- Выполнять движения по диагонали, совершенствовать навыки выполнения основных танцевальных движений. Наращивать высоту прыжков, добиваться легкости в выполнении движений.
- По мере усвоения движений прибавляем новые: приставной шаг вперед-назад и вправо-влево, добавление к простым шагам движений рук.
- Добавляем к шагам хлопки рук, открытие и закрытие рук, и другие движения согласно используемой музыке.
- Выход на сцену и уход за кулисы. Танцевальный вход и уход со сцены: постановка корпуса, рук, шаг для выхода на сцену, поклон после исполнения номера, учимся уходить красиво со сцены.

Тема 3. Постановка танцевальных номеров.

Теория.

Познакомить воспитанников с понятием «музыка+танец». Учим детей иллюстрировать музыку в танце, рассказывать то, о чем поется в песне в движении.

Практика.

Соединение движений в танцевальные композиции по характеру музыки. Подготовка небольших танцевальных зарисовок для танцевальных постановок.

Танцевальный репертуар: «Дружба», «Рок-н-ролл», «Помощники Деда Мороза».

Тема 4. Танцевальные образы.

Теория.

Выполняем по одному-два образа на занятии, объясняем как правильно делать, что мы развиваем выполняя тот или иной образ.

Практика.

«Загораем»

«Насос»

«Грибочки»

«Всадник»

«Часики»

«Пора вставать»

«Цветочек»

«Утята»

«Лошадки»

«Клоуны»

«Мостик»

«Гуляем в лесу»

«Дирижер»

«Аленький цветочек»

«Волна»

«Коробочка»

«Винтик»

Описание см. Приложение №1.

Тема 5. Танцевальные игры.

Теория.

Объясняем правила игры, цель и что развиваем играя.

Практика.

«Найди предмет»

«Тихо-громко»

«Зеркало»

«Гонка мяча по кругу»

«Танцевальное эхо»
«Автомобили»
«Создай образ»
«Гулливвер и лилипуты»
«Погода»
«Ай, да я!»

Описание игр см. Приложение №1.

Тема 6. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

Повторить основные термины: «чувство ритма», «характер движения», «выразительность движения».

Практика.

Закреплять пройденный материал, повышать качество исполнительского мастерства.

Укрепить чувство ритма, темпа исполнения элементов, повысить выразительность, закрепить технику исполнения. Научить чередовать характер движения: быстро-медленно, четко-плавно.

Выстроить занятие композиционно, изучить порядок выполнения частей открытого занятия, перестроения по его ходу, повысить индивидуальное качество исполнения упражнений и танцевальных движений.

Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие. Разминка. Танцевальные шаги и бег по диагонали. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальные номера. Танцевальная игра. Поклон.

Учебный план по обучению хореографии группы детей 6-7 лет.

Цель: Результатом освоения программы является развитие у ребенка позиции активного участника, исполнителя-создателя хореографических элементов и даже целых танцевальных номеров для того, чтобы посредством

танца выражать себя, свои эмоции и чувства, испытываемые под впечатлением того или иного музыкального произведения.

Задачи: - познакомить с основными теоретическими понятиями;

- учить чувствовать динамические оттенки в музыке и с интересом передавать их в движении;

- учить выразительно и самостоятельно исполнять изученные движения и танцы;

- научить хорошо ориентироваться в пространстве сцены;

- развивать творческие способности к танцевальной импровизации;

- формировать активную позицию к исполнению на сцене.

Основные термины: танец, поклон, разминка, круг, линия, диагональ, разноброс, танцевальный шаг, танцевальный бег, стречинг, подтянутость, прыжок, осанка, атрибут, подъем, образ, жест, композиция, джаз, модерн, хип-хоп, трюк, импровизация, комбинация.

Перечень основных тем и разделов программы	Количество учебных часов			Формы аттестации/ контроля
	всего	из них		
		теория	практика	
Тема 1. Вводное занятие.	3	2	1	
Тема 2. Формирование танцевальной техники	32	3	29	
Тема 3. Постановка танцевальных номеров.	26	2	24	выступление на утренниках
Тема 4. Творчество в танце.	4	0	4	
Тема 5. Подготовка и проведение творческого отчета.	7		7	творческий отчет
Итого за период	72	7	65	

Содержание учебного плана для возрастной группы 6-7 лет.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Знакомство с детьми, вводная беседа.

Рассказать о культуре поведения на занятии, правилах общения между мальчиками и девочками. Познакомить детей с понятием, «образ», «жест», «танец», «современные направления танца». Изучить позиции ног в хореографии.

Практика.

Приветствие-поклон: стоим ноги вместе, руки на поясе, «раз-два»-топнуть правой ногой, «три-четыре»-хлопнуть в ладоши на каждый счет, «пять-шесть»-топнуть левой ногой, «семь-восемь»-хлопнуть в ладоши, «раз-два»-подняться на полупальцы, вытянуть руки вверх, «три-четыре»- правую ногу поставить скрестно впереди левой и сделать винтовой поворот на полупальцах на 360° руки держать в замке, «пять-шесть»- шаг вправо, правую руку вытянуть в сторону, четко притопнуть левой ногой, руку и голову опустить, «семь-восемь»- то же в левую сторону. Основные движения для разминки: повороты головы,

- круговые движения головой,

- четкое покачивание плечами вверх-вниз на счет «раз-два-раз-два-три»,

круговые движения плечами с повышением амплитуды вращения,

- наклоны корпуса вправо-влево с вытянутой рукой и круговым движением корпуса через пол,

- приседания на полупальцах до пола,

- марш на месте,

- бег на месте с высоким подниманием бедра,

выносом прямой ноги вперед и в стороны, чередованием положений рук,

- прыжки на месте с чередованием положений ног.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

Объясняем что развиваем каждым упражнением. Объясняем строение тела, названия его частей. Познакомить с понятием «диагональ».

Объяснить, что значит выражение «выразительно выполнять движения», учить выполнять движения слаженно всеми частями тела. Познакомить воспитанников с классическими стилями современного танца «джаз» и «модерн», рассказать об истории их возникновения. Познакомить воспитанников со стилем современного танца «хип-хопом». Познакомить воспитанников с понятием «трюк». Четко объяснять технику, контролировать выполнение трюков индивидуально.

Практика.

Упражнение «Солдатик» с усложнением

«Дощечка»

«Самовар»

«Натянутые носочки»

После выполнить небольшой самомассаж стоп.

- Стречинг

- Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов.

Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе.

«Карусель»

«Лодочка»

«Ракета»

«Экскаватор»

- Упражнения для развития плавности движений рук. «Играют маленькие волны»

Описание упражнений см. Приложение №1

Разучить комбинацию на закрепление изученных позиций ног, смена позиций начинается с медленного темпа и постепенно переходить на быстрый.

- Основы исполнения стиля танца «джаз».

«Джаз»- разучить основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс, контракции-рему (сжатие-высвобождение).
Учить четкости и законченности выполнения движений. .

- Основы исполнения стиля танца «модерн».

«Модерн»- разучить основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза.
Учить воспитанников выполнять движения свободно, плавно, без округлостей в локтях, плавно фиксировать значимые точки.

- Поклон в стиле «джаз».

Описание поклона см. Приложение №1

- Основные движения стиля танца «хип-хоп».

Базовые движения- кач, степ, пружинка, хэппи-фит, роджер рэббит, монастери.

Разучить танцевальную композицию «Хип-хопчики» в стиле «хип-хоп».

- Элементарные акробатические трюки современного детского танца: переворот назад через спину, бочка, разножка и др.

Учить воспитанников соблюдать технику безопасности при выполнении трюковых элементов. Научить правильному положению позвоночника на всех стадиях выполнения трюкового элемента: подготовка, трюк, выход.

Первоначально все элементы выполняются при помощи и поддержке педагога, затем самостоятельно самим воспитанником.

Тема 3. Постановка танцевальных номеров.

Теория.

Акцентировать внимание на различие в характере движений различных стилей танца.

Акцент на работу с ритмом, амплитудой движений и энергетической подаче.

Практика.

Соединение основных движений стилей танца «джаз» и «модерн» в танцевальные композиции.

Танцевальный репертуар: танец в стиле модерн «Летят голуби», танец в стиле джаз «Веселый джаз», танец в стиле хип-хоп «Хип-хопчики» с использованием трюковых элементов.

Учить свободному и самостоятельному воспроизведению изученных движений, танцев.

Тема 4. Творчество в танце.

Теория.

Познакомить с понятием «творчество», «образ».

Практика.

Выполнение заданий на раскрытие того или иного образа под характерную музыку. Разделить детей по два-три человека в группе и дать им импровизационное задание – придумать танец для определенного образа. Используя знакомые движения, с помощью педагога, дети сочиняют танцевальные композиции. Задача - научить детей использовать ранее изученный материал творчески, свободно чувствовать себя в роли активного участника творческого процесса.

Тема 5. Подготовка и проведение творческого отчета.

Теория.

Напомнить о правилах поведения на открытом занятии и о значимости события.

Практика.

- Развитие индивидуального мастерства исполнения изученных стилей танца.
- Развивать координацию движений, упражнять в равновесии, формировать образно-пространственное мышление, закреплять основные виды движений в быстром темпе.
- Учить свободному и самостоятельному воспроизведению изученных движений, танцев.
- Подбор самых основных и ярких движений, упражнений для показа на открытом занятии.

- Акцент на работу с ритмом, амплитудой движений и энергетической подаче.
- Повторение основ пройденного материала, повышение индивидуального мастерства исполнения упражнений и движений воспитанниками, отработка сценической формы ранее изученных танцевальных номеров.
- Отработка качества уже изученных движений, усложнение ритмического рисунка, увеличение скорости выполнения движений.
- Выстроить занятие композиционно, изучить порядок выполнения частей открытого занятия, перестроения по его ходу. Напомнить воспитанникам о правилах поведения на открытом занятии и о значимости события.

Структура открытого занятия: квадратное или шахматное построение по линиям, поклон-приветствие в стиле «джаз». Разминка. Упражнения для стоп, стретчинг. Упражнения на растяжку, формирование мышечного корсета и постановку корпуса. Танцевальные номера в стиле «джаз», «модерн» и «хип-хоп». Поклон.

1.4. Принципы и подходы к формированию программы

- Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка, его личности.
- Принцип единства воспитательных, развивающих и образовательных целей, в процессе реализации которых учитываются интересы и способности воспитанников.
- Принцип научной обоснованности и практической применимости.
- Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Этот принцип дает возможность развивать в единстве эмоциональную, познавательную и практическую сферы личности ребенка.
- Принцип гуманизации – признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка.

- Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе занятий.
- Принцип вариативности. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и эмоциональное напряжение.
- Принцип наглядности. Это яркий показ преподавателем танцевальных движений и упражнений.
- Принцип доступности. Все танцевальные движения и упражнения разучиваются от простого к сложному, учитывая степень подготовленности ребенка.

1.5. Планируемые результаты

В соответствии с поставленными целями и задачами программы по обучению хореографии после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты в соответствии с возрастной группой воспитанников.

К концу обучения в возрастной группе 3-4 лет воспитанник:

- будет иметь первоначальные представления о специфических особенностях занятий по хореографии: зачем нужна форма на занятии, поклон и др.;
 - овладеет понятиями: танец, танцевальное движение, вступление, поклон и др.;
 - научится повторять движения за педагогом, подражать его манере;
 - научится слушать музыку, слова песен и танцевать в соответствии с музыкой и словами в песнях;
 - будет стремиться выразительно исполнять элементарные танцевальные движения, координировать свои движения во время танца, передавать в движении характер музыки и персонажей из песен;
 - получит навыки элементарных танцевальных движений с атрибутами;
- У обучающегося:
- будет сформирована устойчивая потребность в танцевальном движении, желание достигать успеха в исполнении танцевальных движений;

- будет развито желание продемонстрировать свои достижения зрителям.

К концу обучения в возрастной группе от 4 до 5 лет воспитанник:

- 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.

К концу обучения в возрастной группе 5-6 лет воспитанник:

- 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, разnobрос;

- 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.

К концу обучения в возрастной группе 6-7 лет воспитанник:

- будет знать и понимать основные понятия: исполнительское мастерство, современный танец и его направления, выразительность, постановка корпуса в классическом и современном танцах;
- будет запоминать названия новых хореографических элементов, движений и связок, использовать их в общении с педагогом и другими воспитанниками группы;
- будет чувствовать динамические оттенки в музыке и с интересом передавать их в движении;
- будет стремиться выразительно исполнять изученные движения и танцы в целом, исполнять хореографические движения в ускоренном темпе, самостоятельно;
- научится хорошо ориентироваться в пространстве сцены;
- будет стремиться самостоятельно придумывать и предлагать новые движения для танцевальных постановок.

У обучающегося:

- будут развиты творческие способности к танцевальной импровизации;
- будет воспитано чувство коллектива, команды;
- будет сформирована активная позиция к исполнению на сцене;

- будет сформировано ответственное отношение к занятиям.

В широком смысле результатом освоения программы является развитие у ребенка позиции активного участника, исполнителя-создателя хореографических элементов и даже целых танцевальных номеров для того, чтобы посредством танца выражать себя, свои эмоции и чувства, испытываемые под впечатлением того или иного музыкального произведения. Ребенок испытывает эмоциональный подъем от участия в танцевальных номерах, где может продемонстрировать умения и навыки, полученные на занятиях по хореографии.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный план по обучению хореографии

Календарный учебный план для детей 3-4 лет

Наименование услуги	Возрастная группа	Кол-во занятий в неделю	Продолжительность занятия в день	Количество занятий в месяц									Количество занятий в год с 02.09.2024 по 28.05.2025
				сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	
Обучение хореографии	3-4 года	2	15 мин	9	9	7	8	7	7	8	9	8	72

Календарный тематический план для детей 3-4 лет

№ п/п	число	форма занятия	тема занятия	форма контроля
1	2.09	вводное занятие	Знакомство. Занятие инструктаж по технике безопасности. Познакомить детей с понятием «танец», «поклон», «разминка». Изучить поклон.	
2	4.09	вводное занятие	Поклон. Изучить разминку. Танцуем элементарные подготовительные движения под простейшие мелодии.	
3	9.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «прямая спинка». Упражнение для стоп «Кошка».	
4	11.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Прямая спинка». Упражнение для стоп «Кошка».	
5	16.09		Поклон. Разминка. Танец «У жирафа пятнышки везде».	
6	18.09		Поклон. Разминка. Танец «Червячки».	
7	23.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Деревья». Упражнение для стоп «Солнышко».	
8	25.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Деревья». Упражнение для стоп «Солнышко».	
9	30.09		Поклон. Разминка. Танец «Ежик».	
10	2.10		Поклон. Разминка. Танец «Мышь полезла».	
11	7.10	тренировка	Поклон. Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела, сидя на полу. Танцевальный образ «Осенние листочки».	

12	9.10	тренировка	Поклон. Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела, лежа на животе. Танцевальный образ «Кузнечики».	
13	14.10	тренировка	Поклон. Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела лежа на спине. Танцевальный образ «Листопад».	
14	16.10	тренировка	Поклон. Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела. Танцевальный образ «Осенние листочки».	
15	21.10	тренировка	Поклон. Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела. Танцевальный образ «Кузнечики».	
16	23.10	тренировка	Поклон. Элементарные танцевальные упражнения для развития силы мышц различных частей тела. Танцевальный образ «Листопад»	
17	28.10		Поклон. Разминка. Танец «У жирафа пятнышки везде». Танцевальная игра «Иголочка – ниточка».	
18	30.10		Поклон. Разминка. Танец «Червячки». Танцевальная игра «Иголочка – ниточка».	
19	6.11	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальный бег «горошек» по кругу. Марш. Танцевальная игра «Иголочка – ниточка».	
20	11.11		Поклон. Разминка. Танцы «Ежик», «Мышь полезла».	
21	13.11	тренировка	Поклон. Разминка. Приставной шаг по кругу. Марш. Бег по кругу «горошек». Прыжки на двух ногах.	
22	18.11		Поклон. Разминка. Танец «Часики».	
23	20.11		Поклон. Разминка. Танец «Поезд».	
24	25.11		Поклон. Разминка. Танцы «Часики», «Поезд».	
25	27.11		Поклон. Разминка. Танец «Ляли поп».	
26	2.12	игровое	Поклон. Приходит в гости игрушка Дед Мороз. Повтор ранее изученных танцев для малышей.	
27	4.12	игровое	Поклон. Приходит в гости игрушка Дед Мороз. Повтор ранее изученных танцев для малышей.	
28	9.12	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Тусовка зайцев».	
29	11.12	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Тусовка зайцев».	
30	16.12	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Тусовка зайцев».	
31	18.12	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Тусовка зайцев».	
32	23.12	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Тусовка зайцев».	
33	25.12	тренировка	Поклон. Разминка. Танец «Тусовка зайцев».	Выступление на новогоднем утреннике с танцем «Тусовка зайцев»

34	8.01	вводное занятие	Поклон. Разминка. Инструктаж по технике безопасности. Повторение основных правил поведения на занятиях по обучению хореографии. Танцевальная игра «Найди свое место».	
35	13.01	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для постановки корпуса «Прямая спинка», «Деревья», «Достань до небушка». Игра «Найдисвое место».	
36	15.01		Поклон. Разминка. Повтордвух любых танцев для малышей. Танцевальный образ «В лесу».	
37	20.01	тренировка	Поклон. Разминка. Основные танцевальные движения по кругу: шаг с натянутого носка, топотушки, выбрасывание ног вперед.	
38	22.01	тренировка	Поклон. Разминка. Основные танцевальные движения по кругу: шаг с натянутого носка, топотушки, выбрасывание ног вперед. Танцевальныйобраз «В лесу».	
39	27.01		Поклон. Разминка. Повторлюбых двух танцев для малышей. Танцевальныйобраз «Вороны».	
40	29.01	тренировка	Поклон. Разминка. Основные танцевальныедвижения по кругу. Танцевальная игра «Найди свое место».	
41	3.02	тренировка	Поклон. Разминка. Повтор основных танцевальных упражнений и движений.	
42	5.02		Поклон. Разминка. Танцуем как артисты (науже изученном материале).	
43	10.02		Поклон. Разминка. Танцуем как артисты (на уже изученном материале).	
44	12.02	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Губки бантиком».	
45	17.02	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Губки бантиком».	
46	19.02	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Губки бантиком».	
47	26.02	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Губки бантиком».	
48	3.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Губки бантиком».	
49	5.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Губки бантиком».	Выступление на утреннике с танцем«Губки бантиком».
50	12.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Губки бантиком».	
51	17.03	тренировка	Поклон. Элементарные танцевальные упражнениядля развития силы мышц различных частей тела. Игра «Найди свое место».	
52	19.03		Поклон. Разминка. Танец «Арбузики». Танцевальная игра «Иголочка-ниточка»	

53	24.03		Поклон. Разминка. Танцы «Арбузики», «Морковка».	
54	26.03		Поклон. Разминка. Танец «Морковка». Танцевальный образ «Птичка-невеличка».	
55	31.03		Поклон. Разминка. Танцы «Собачки», «Котята».	
56	2.04		Поклон. Разминка. Танцы «Собачки», «Котята». Танцевальный образ «Птичка-невеличка».	
57	7.04	тренировка	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для корпуса и стоп. Повтор основных движений по кругу.	
58	9.04	тренировка	Поклон. Разминка. Повтор упражнений для корпуса и стоп. Повтор основных движений по кругу. Танцевальный образ «Птичка-невеличка».	
59	14.04		Поклон. Разминка. Танцуем как артисты (на уже изученном материале).	
60	16.04		Поклон. Разминка. Танцы «Арбузики», «Морковка».	
61	21.04		Поклон. Разминка. Танец «Арбузики». Танцевальная игра «Иголочка-ниточка».	
62	23.04		Поклон. Разминка. Танцы «Собачки», «Котята». Танцевальный образ «Птичка-невеличка».	
63	28.04		Поклон. Разминка. Танец «Морковка». Танцевальный образ «Птичка-невеличка».	
64	30.04		Поклон. Разминка. Повтор упражнений для корпуса и стоп. Повтор основных движений по кругу.	
65	5.05		Поклон. Разминка. Повтор основные танцевальных упражнений и движений. Танцевальная игра «Найди свое место».	
66	7.05	репетиция	Поклон. Разминка. Закрепление основных упражнений, повтор правил их исполнения. Любой танцевальный образ из ранее изученных.	
67	12.05	репетиция	Поклон. Разминка. Повтор ранее изученных танцев для малышей, отбор наиболее хорошо исполненных для открытого занятия.	
68	14.05	репетиция	Поклон. Разминка. Выстраивание структуры урока для открытого занятия.	
69	19.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка к открытому занятию.	
70	21.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка к открытому занятию.	
71	26.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка к открытому занятию.	
72	28.05	творческий отчет	Поклон. Разминка. Проведение открытого занятия.	

Календарный учебный план для детей группы 4-5 лет

			Про-	Количество занятий в месяц	
--	--	--	------	----------------------------	--

Наименование услуги	Возрастная группа	Кол-во занятий в неделю	должительность занятия в день												Количество занятий в год с 02.09.2024 по 28.05.2025
				сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май			
Обучение хореографии	4-5 лет	2	20 мин	9	9	7	8	7	7	8	9	8	72		

Календарный тематический план для детей 4-5 лет

№ п/п	число	форма занятия	тема занятия	форма контроля
1	2.09	вводное занятие	Знакомство. Занятие инструктаж по технике безопасности. Понятия «поклон», «разминка», основы их выполнения.	
2	4.09	вводное занятие	Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
3	9.09	тренировка	Поклон. Разминка. Первое упражнение для выработки правильной постановки корпуса. Первое упражнение для стоп. Танц. образ «Часики».	
4	11.09	тренировка	Поклон. Разминка. Первое упражнение для выработки правильной постановки корпуса. Первое упражнение для стоп. Упражнение «Бревнышко». Танц. образ «Часики».	
5	16.09	тренировка	Поклон. Разминка. Второе упражнение для выработки правильной постановки корпуса. Второе упражнение для стоп. Упражнение «Бревнышко». Танц. образ «Силач».	
6	18.09	тренировка	Поклон. Разминка. Второе упражнение для выработки правильной постановки корпуса. Второе упражнение для стоп. Упражнение «Веревочка». Танц. образ «Силач».	
7	23.09	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги. Танц.образ «Лошадки».	
8	25.09	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги, Танцевальный бег. Танц. образ «Лошадки».	
9	30.09	тренировка	Поклон, разминка. Упражнения для постановки корпуса, для стоп. Танцевальные шаги и бег. Танц. образ «Лошадки».	
10	2.10	тренировка	Поклон, разминка. Элементарный стретчинг. Упражнения для мышц и суставов «Бревнышко» и «Веревочка». Танц. образ «Часики».	

11	7.10	тренировка	Поклон. Закрепление порядка и усложнение разминки. Добавляем новые элементы – движения плечами и «Качалочка». Танц. образ «Солнышко».	
12	9.10	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги и бег. Элементарные движения в паре.	
13	14.10		Поклон. Разминка. Движения в паре. Танц. образ «Солнышко».	
14	16.10		Поклон. Разминка. Элементарные движения в паре. Танц. образ «Елка».	
15	21.10		Поклон. Разминка. Основные движения детского танца с предметом. Танц. игра «Магазин игрушек».	
16	23.10		Поклон. Разминка. Основные движения детского танца с предметом. Танц. образ «Мишка косолапый»	
17	28.10		Поклон. Разминка. Повторение элементарных движений в паре и основных движений детского танца с предметом. Танц. игра «Море волнуется»	
18	30.10	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, шаг в полуприседе с прямой осанкой. Танц. образ «Воробышки».	
19	6.11	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальный бег на полупальцах, боковой галоп. Танц. образ «Мишка косолапый»	
20	11.11	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники»	
21	13.11	репетиция	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги: с натянутого носка, шаг в полуприседе с прямой осанкой. Танц. образ «Воробышки».	
22	18.11	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
23	20.11	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение основных танцевальных шагов и танцевального бега. Танцевальная игра «Танцевальное эхо».	
24	25.11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Утята».	
25	27.11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Чебурашка».	
26	2.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. игра «Зеркало».	
27	4.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Стречинг.	
28	9.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Чебурашка».	
29	11.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Танц. образ «Утята».	
30	16.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Стречинг. Танц. игра «Тихо-громко».	
31	18.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Чоколатэ». Стречинг. Танц. игра «Тихо-громко».	

32	23.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Шоколатэ». Танц. игра «Иголочка-ниточка».	
33	25.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Шоколатэ». Танц. игра «Иголочка-ниточка».	Выступление на утреннике с танцем «Шоколатэ»
34	8.01	вводное занятие	Поклон. Разминка. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по обучению хореографии. Танцевальный образ по выбору детей.	
35	13.01	игровое	Поклон. Разминка. С помощью карточек – подсказок угадываем упражнения, танцевальные образы и выполняем их. Танц. игра по выбору детей.	
36	15.01	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
37	20.01	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных танцевальных шагов и танцевального бега. Танцевальная игра «Танцевальное эхо».	
38	22.01		Поклон. Разминка. Повтор и закрепление основных движений танца с предметом. Танц. игра «Создай образ».	
39	27.01		Поклон. Разминка. Танцевальная композиция с предметом «Большая стирка». Танц. игра «Магазин игрушек».	
40	29.01		Поклон. Разминка. Танцевальная композиция с предметом «Большая стирка». Танц. игра «Магазин игрушек».	
41	3.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Лебедь».	
42	5.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Усни-трава».	
43	10.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Усни-трава».	
44	12.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек».	
45	17.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Цветочек».	
46	19.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Найди свое место».	
47	26.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. образ «Лебедь».	
48	3.03	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца с атрибутами «Большая стирка». Танц. игра «Найди свое место».	
49	5.03	репетиция	Поклон. Разминка. Танец «Большая стирка». Танц. образ «Балерина».	Выступление на утреннике с танцем «Большая стирка»

50	12.03	репетиция	Поклон. Разминка. Отработка танца «Большая стирка». Танц. образ «Балерина».	
51	17.03	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений для формирования танцевальной техники. Танцевальная игра «Танцевальное эхо».	
52	19.03	тренировка	Поклон. Разминка. Первое упражнение для выработки правильной постановки корпуса. Первое упражнение для стоп. Танц. образ «Часики».	
53	24.03	тренировка	Поклон. Разминка. Второе упражнение для выработки правильной постановки корпуса. Второе упражнение для стоп. Упражнение «Бревнышко». Танц. образ «Часики».	
54	26.03	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги, бег. Танц. образ «Лошадки».	
55	31.03		Поклон. Разминка. Повтор и закрепление элементарных движений в паре. Танц. игра «Создай образ».	
56	2.04		Поклон. Разминка. Повтор и закрепление элементарных движений в паре. Танц. игра «Создай образ».	
57	7.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Часики».	
58	9.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Елка».	
59	14.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Слонята».	
60	16.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Клоуны».	
61	21.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Слонята».	
62	23.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка парного танца «Далеко от мамы». Танц. образ «Клоуны».	
63	28.04	репетиция	Подготовка творческого отчета: выбор поклона, закрепление разминки. Танцевальные шаги и бег по кругу.	
64	30.04	репетиция	Поклон. Закрепление разминки. Формирование танц. техники в упражнениях для творческого отчета. Танц. игра «Погода».	
65	5.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: стретчинг, упражнения для формирования мышечного корсета и постановку корпуса. Повтор танца «Чоколате».	
66	7.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: стретчинг, упражнения для формирования мышечного корсета и постановку корпуса. Повтор танца «Большая стирка».	
67	12.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: стретчинг, упражнения для формирования мышечного корсета и постановку корпуса. Повтор танца «Далеко от мамы».	
68	14.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: повторение танцевальных номеров: «Чоколате», «Большая стирка», «Далеко от мамы».	

69	19.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока.	
70	21.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока.	
71	26.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока. Выбор танц. игры совместно с детьми.	
72	28.05		Творческий отчет	

Календарный учебный план для детей группы 5-6 лет

Наименование услуги	Возрастная группа	Кол-во занятий в неделю	Продолжительность занятия в день	Количество занятий в месяц								Количество занятий в год с 02.09.2024 по 28.05.2025	
				сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель		май
Обучение хореографии	5-6 лет	2	25 мин	9	9	7	8	7	7	8	9	8	72

Календарный тематический план для детей 5-6 лет

№ п/п	число	форма занятия	тема занятия	форма контроля
1	2.09	вводное занятие	Знакомство. Занятие инструктаж по технике безопасности. Изучаем поклон, разминку.	
2	4.09	вводное занятие	Поклон, разминка. Знакомство с построениями урока. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
3	9.09	тренировка	Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
4	11.09	тренировка	Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык». Упражнение для стоп. Танц. образ «Загораем».	
5	16.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык». Упражнение для развития силы мышц «Стойкий оловянный солдат». Танц. образ «Насос».	

6	18.09	трениров-ка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Ах, ладошки, вы, ладошки!». Упражнение для развития силы мышц «Стойкий оловянный солдат». Танц. образ «Загораем».	
7	23.09	трениров-ка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Ах, ладошки, вы, ладошки!». Упражнение для развития силы мышц «Стойкий оловянный солдат», «Карусель». Танц. образ «Загораем».	
8	25.09	трениров-ка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение для стоп. Упражнение для развития силы мышц «Карусель». Танц. образ «Насос».	
9	30.09	трениров-ка	Поклон. Разминка Танцевальные шаги по диагонали: с высоким поднятием бедра, на полупальцах, переменный. Танц. образ «Грибочки».	
10	2.10	трениров-ка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги по диагонали, бег по кругу: на полупальцах, с высоким поднятием бедра, галоп. Танц. образ «Грибочки».	
11	7.10	трениров-ка	Поклон. Разминка. Повторение упражнений для корпуса и силы мышц, повторение танцевальных шагов и бега.	
12	9.10	трениров-ка	Поклон, разминка. Упражнения для постановки корпуса, для стоп. Танцевальные шаги и бег. Танц. образ «Всадник».	
13	14.10	трениров-ка	Поклон, разминка. Элементарный стретчинг. Упражнения для мышц и суставов. Танц. образы «Грибочки» и «Всадник».	
14	16.10	трениров-ка	Поклон. Закрепление порядка и усложнение разминки. Добавляем новые элементы – движения плечами с амплитудой. Танц. образ «Часики».	
15	21.10	трениров-ка	Поклон. Разминка. Основные композиционные построения: круг, линия, колонна, разброс, шахматное и квадратное построение.	
16	23.10	трениров-ка	Поклон. Разминка. Перестроения в танце: из линий в круг, колонну и обратно, из разброса в любое построение.	
17	28.10	трениров-ка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. образ «Грибочки».	
18	30.10	трениров-ка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. образ «Лошадки».	
19	6.11	трениров-ка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. образ «Всадник».	
20	11.11	трениров-ка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. игра «Зеркало».	
21	13.11	трениров-ка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги и бег. Основные движения танца «Помощники Деда Мороза».	

22	18.11		Поклон. Разминка. Основные движения танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Часики».	
23	20.11		Поклон. Разминка. Основные движения танца «Помощники Деда Мороза». Танц. игра «Найди предмет».	
24	25.11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. игра «Тихо-громко».	
25	27.11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. игра «Тихо-громко».	
26	2.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Стречинг. Танц. игра «Найди предмет».	
27	4.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Цветочек».	
28	9.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Цветочек».	
29	11.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Утята».	
30	16.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Утята».	
31	18.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Стречинг.	
32	23.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Помощники Деда Мороза». Стречинг. Танц. игра «Найди предмет».	
33	25.12	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танца «Помощники Деда Мороза». Танц. образ «Лошадки».	Выступление на утреннике с танцем «Помощники Деда Мороза».
34	8.01	вводное занятие	Поклон. Разминка. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по обучению хореографии. Танц. игра по выбору детей.	
35	13.01	игровое	С помощью карточек – подсказок угадываем упражнения, танцевальные образы и выполняем их. Танц. игра по выбору детей.	
36	15.01	тренировка	Поклон. Разминка. Танцевальные шаги, танцевальный бег. Подскоки. Танц. игра «Музыкальное настроение»	
37	20.01	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений из темы «Формирование танцевальной техники». Танц. образ «Клоуны».	
38	22.01	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение упражнений на развитие силы мышц + новое упражнение «Лодочка». Стречинг.	

39	27.01		Поклон. Разминка. Основные шаги и движения танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Гонка мяча по кругу».	
40	29.01		Поклон. Разминка. Основные шаги и движения танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Гонка мяча по кругу».	
41	3.02		Поклон. Разминка. Основные композиционные построения диагональ и круг в танце «Рок-н-ролл». Танц. образ «Мостик».	
42	5.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. образ «Мостик».	
43	10.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. образ «Гуляем в лесу».	
44	12.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Танцевальное эхо».	
45	17.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. образ «Гуляем в лесу».	
46	19.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Танцевальное эхо».	
47	26.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Автомобили».	
48	3.03	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Автомобили».	
49	5.03	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Рок-н-ролл». Танц. игра «Создай образ».	Выступление на утреннике с танцем «Рок-н-ролл».
50	12.03		Поклон. Разминка. Танц. игра «Создай образ».	
51	17.03	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение танцевальных шагов, добавление к изученным шагам движений рук. Танц. образ «Дирижер».	
52	19.03	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение танцевальных шагов, бега. Повторение упражнений для осанки и упражнений для стоп. Стречинг.	
53	24.03		Поклон. Разминка. Основные движения в паре. Танц. игра «Гулливер и лиллипуты».	
54	26.03		Поклон. Разминка. Основные движения в паре. Танц. образ «Аленький цветочек».	
55	31.03	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Гулливер и лиллипуты».	
56	2.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Погода».	
57	7.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. образ «Волна».	
58	9.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Погода».	

59	14.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. образ «Волна».	
60	16.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. образ «Коробочка».	
61	21.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Дружба». Танц. игра «Погода».	
62	23.04	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных упражнений для формирования танцевальной техники. Танц. образ «Коробочка».	
63	28.04	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных танцевальных шагов и танцевального бега. Танцевальная игра «Ай да я!».	
64	30.04		Поклон. Формирование разминки для творческого отчета. Усиление нагрузки, ускорение темпа выполнения упражнений. Отрабатываем самостоятельное исполнение без показа педагогом.	
65	5.05		Поклон. Закрепление разминки. Формирование танц. техники. Танцевальный выход и уход за кулисы.	
66	7.05	репетиция	Поклон. Разминка. Повторение танцевальных номеров: «Помощники Деда Мороза», «Рок-н-ролл», «Дружба».	
67	12.05	репетиция	Подготовка творческого отчета: выбор поклона, закрепление разминки. Танцевальные шаги и бег. Танц. образ по выбору детей..	
68	14.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: упражнения на формирование танц. техники и стретчинг. Повтор танца «Помощники Деда Мороза».	
69	19.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: танцевальные шаги и бег. Повтор танца «Рок-н-ролл».	
70	21.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: композиционные перестроения по ходу занятия. Повтор танца «Дружба».	
71	26.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: повторение наиболее ярких танц. образов. Повтор танцевальных номеров.	
72	28.05		Творческий отчет.	

Календарный учебный план для детей группы 6-7 лет

Наименование услуги	Возрастная группа	Кол-во занятий в неделю	Продолжительность занятия в день	Количество занятий в месяц									Количество занятий в год с 02.09.2024 по 28.05.2025
				сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	
Обучение хореографии	6-7 лет	2	30 мин	9	9	7	8	7	7	8	9	8	72

Календарный тематический план детей группы от 6 до 7 лет

№ п/п	число	форма занятия	тема занятия	форма контроля
1	2.09	вводное занятие	Знакомство. Занятие инструктаж по технике безопасности. Изучаем поклон, разминку.	
2	4.09	вводное занятие	Поклон, разминка. Вводные танцевальные движения, комбинации.	
3	9.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык» с усложнением. Позиции ног в хореографии.	
4	11.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Солдатык» с усложнением. Смена позиций ног в хореографии шагами с натянутого носка.	
5	16.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса «Содатык», «Дощечка». Упражнение «Натянутые носочки».	
6	18.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение «Натянутые носочки». Самомассаж стоп. Упражнение для развития силы мышц «Карусель».	
7	23.09	тренировка	Поклон. Разминка Упражнения для развития силы мышц «Карусель», «Лодочка». Упражнение для рук «Играют маленькие волны».	
8	25.09	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для развития силы мышц «Лодочка», «Ракета». Упражнение для рук «Играют маленькие волны».	

9	30.09	тренировка	Поклон, разминка. Повторение упражнений для развития силы мышц, для рук, для стоп.	
10	2.10	тренировка	Поклон, разминка. Повторение упражнений для развития силы мышц, для рук, для стоп. Стречинг.	
11	7.10	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».	
12	9.10	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнение для выработки правильной постановки корпуса «Самовар». Упражнение для развития силы мышц «Экскаватор». Упражнение «Деревянные и тряпичные куклы».	
13	14.10	тренировка	Поклон. Разминка. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса «Дощечка», «Самовар». Упражнения для развития силы мышц «Ракета», «Экскаватор».	
14	16.10	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение упражнений для развития силы мышц, упражнений для рук. Стречинг.	
15	21.10	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение упражнений для осанки и упражнений для стоп. Стречинг.	
16	23.10	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
17	28.10	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
18	30.10	творческое занятие	Поклон. Разминка. Творческие задания на раскрытие образа в танце.	
19	6.11		Знакомство со стилем современного танца «Джаз». Изучение поклона в стиле «Джаз».	
20	11.11		Закрепление поклона в стиле «Джаз». Основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс.	
21	13.11		Поклон. Разминка. Основы исполнения элементарной полиметрии, полицентрии через импульс. Основы исполнения контракции-ремы (сжатие-высвобождение).	
22	18.11		Поклон. Разминка. Закрепление основных движений танцевального стиля «Джаза».	
23	20.11		Поклон. Разминка. Закрепление основных движений танцевального стиля «Джаза».	
24	25.11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
25	27.11	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для плавности рук «Играют маленькие волны».	
26	2.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение «Натянутые носочки».	

27	4.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
28	9.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Карусель».	
29	11.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Лодочка».	
30	16.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».	
31	18.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
32	23.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	
33	25.12	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Веселый джаз». Стречинг.	Выступление на новогоднем утреннике с танцем «Весёлый Джаз»
34	8.01	вводное занятие	Поклон. Разминка. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по обучению хореографии.	
35	13.01	творческое занятие	Творческие задания на самостоятельное раскрытие образов под музыку. Командные и индивидуальные задания.	
36	15.01	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение упражнений для силы мышц и упражнений для пластики рук.	
37	20.01		Поклон. Разминка. История возникновения стиля современного танца «Модерн». Подготовительные упражнения к изучению основных движений танца «Модерн».	
38	22.01		Поклон. Разминка. Основы исполнения контракции, арок, кефа, релиза.	
39	27.01		Поклон. Разминка. Основные правила танца с предметом. Основные движения танца с предметом в стиле «модерн».	
40	29.01		Поклон. Разминка. Основные движения танца в стиле «модерн». Основные движения танца с предметом в стиле «модерн».	
41	3.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Стречинг.	
42	5.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение для плавности рук «Играют маленькие волны».	
43	10.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение «Натянутые носочки».	

44	12.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Стречинг.	
45	17.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение для развития силы мышц «Карусель».	
46	19.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение для развития силы мышц «Лодочка».	
47	26.02	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Упражнение для развития силы мышц «Ракета».	
48	3.03	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Стречинг.	
49	5.03	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца в стиле «модерн» «Летят голуби». Стречинг.	Выступление на утреннике с танцем «Летят голуби».
50	12.03	репетиция	Поклон. Разминка. Стречинг.	
51	17.03	творческое занятие	Творческие задания на самостоятельное раскрытие образов под музыку. Командные и индивидуальные задания.	
52	19.03	тренировка	Поклон. Разминка. Повторение основных движений и упражнений из темы «Формирование танцевальной техники».	
53	24.03		Поклон. Разминка. Знакомство с современным стилем танца «хип-хоп». История возникновения, подготовительные упражнения.	
54	26.03		Поклон. Разминка. Проучивание основных движений в «хип-хоп» танце: пружинка, кач, степ.	
55	31.03	тренировка	Поклон. Разминка. Основные движения танца «хип-хоп»: кач, степ, пружинка, хэппи-фит, роджер, рэббит, монастери.	
56	2.04	тренировка	Поклон. Разминка. Изучение элементарных акробатических трюков детского танца в стиле «хип-хоп»: переворот через спину назад, бочка, разножка.	
57	7.04	тренировка	Поклон. Разминка. Закрепление основных движений и трюков танца «хип-хоп».	
58	9.04	тренировка	Поклон. Разминка. Закрепление основных движений и трюков танца «хип-хоп».	
59	14.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Стречинг.	
60	16.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Упражнение для плавности рук «Играют маленькие волны».	
61	21.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Упражнение «Натянутые носочки».	
62	23.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Стречинг.	

63	28.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Упражнение для развития силы мышц «Карусель».	
64	30.04	репетиция	Поклон. Разминка. Постановка танца «Хипхопчики». Упражнение для развития силы мышц «Лодочка».	
65	5.05	репетиция	Поклон. Подготовка творческого отчета. Формирование разминки. Повторение основных упражнений для осанки, стоп, рук. Стречинг.	
66	7.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повторение танцевальных номеров: «Веселый джаз», «Летят голуби», «Хипхопчики».	
67	12.05	творческое занятие	Поклон. Разминка. Творческое задание командам: придумать танцевальное прощание для зрителя под заданную музыку. Наиболее удачный результат используется для творческого отчета.	
68	14.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Веселый джаз».	
69	19.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Летят голуби».	
70	21.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета. Повтор танца «Хипхопчики».	
71	26.05	репетиция	Поклон. Разминка. Подготовка творческого отчета: выстраивание композиции всех частей урока.	
72	28.05		Творческий отчет.	

2.2. Календарный учебный график

Продолжительность учебной недели	2 дня с 17.00-19.00
Время работы Учреждения	12 часов
Нерабочие дни	Суббота, воскресенье, праздничные дни
Начало учебного года	02.09.2024
Окончание учебного года	28.05.2025
Продолжительность учебного года	37 недель
Количество занятий в неделя/год	2/9/72
Праздничные дни	День народного единства - 04.11.2024 – 06.11.2024 - 3 дня Новогодние праздники - 30.12.2024-08.01.2025 - 10 дней День защитников Отечества - 22.02.2025 –24.02.2025 – 3 дня Международный женский день - 08.03.2025 –10.03.2025-3 дня Праздник Весны и Труда - 01.05.2025-04.05.2025- 4 дня День Победы - 09.05.2025-11.05.2025 -3 дня

Участие воспитанников в праздниках	Новогодние праздники - 25.12.2025 Международный женский день - 05.03.2025
Консультации для родителей	Понедельник и среда с 16.00 до 17.00

2.3. Условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение Программы:

Учебно-материальная база:

- музыкальный или спортивный зал;
- музыкальный центр;
- аудиозаписи, соответственно плану Программы;
- видеозаписи для ознакомления с миром танца;
- атрибуты и костюмы для танцевальных номеров соответственно количеству обучающихся.

Для успешного освоения движений и организации учебного процесса, на занятиях вводится специальная танцевальная форма:

- Для девочек: белая футболка и черные шорты . Белые балетки или чешки, белые носки. Волосы собраны.
- Для мальчиков: белая футболка, черные шорты, черные балетки или чешки, белые носки.

2.4. Формы аттестации

Формы аттестации по дополнительной образовательной Программе «Обучение хореографии» для воспитанников дошкольного возраста:

- участие в праздничных утренниках с танцевальными номерами соответственно возрастным группам: новогоднем утреннике, празднике 8 марта, выпускном бале в подготовительной группе;
- проведение открытого занятия в форме творческого отчета в конце учебного периода.

2.5. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса

В начале работы с младшими дошкольниками уделяется внимание освоению образно-игровых движений.

Постепенно исполнение различных двигательных упражнений приобретает более дифференцированный характер.

Важно обращать внимание детей на характер исполнения «вхождение в образ», на необходимость после окончания звучания какое-то мгновение выдержать паузу, ощутить пережитое в музыке.

Процесс разучивания танцевальных композиций основан на сотрудничестве детей и взрослого. Сам педагог стремится получить удовлетворение от музыки, движений, от общения с детьми. Это способствует эмоциональному «заряжению», установлению теплой, дружественной атмосферы на занятиях, снятию психологических комплексов, чувства неуверенности.

В процессе изучения нового материала наиболее актуальными являются:

- а) заинтересовывание новой композицией;
- б) максимальная концентрация внимания детей;
- в) активизация детей с учетом индивидуальных особенностей.

После освоения основных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. Определяя танцевальную композицию для любой возрастной группы, необходимо проанализировать следующие параметры:

- координационную сложность движений;
- объем движений;
- переключаемость движений;
- интенсивность нагрузки.

Целостный процесс обучения танцевальному движению можно условно разделить на три этапа:

Начальный этап - обучение упражнению, отдельному движению.	Этап углубленного разучивания упражнений, движений.	Этап закрепления и совершенствования упражнения, движения.
<ul style="list-style-type: none"> - название движения; - показ; - объяснение техники; - опробование движений. 	<ul style="list-style-type: none"> - уточнение двигательных действий; - понимание закономерностей движения; - усовершенствование ритма; - свободное и слитное выполнение движения; -закрепление двигательного навыка 	<ul style="list-style-type: none"> -выполнение движений более высокого уровня; - использование движения в комбинации с другими движениями; - формирование индивидуального стиля.

Общие методические рекомендации по ведению занятий см. Приложение №2.

Методы обучения:

- словесный - устное изложение, беседа и т. д.;
- наглядный - показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом;
- практический – выполнение движений, упражнений;
- метод сотворчества – педагог побуждает детей к придумыванию своих танцевальных движений для танцев.

Формы организации образовательного процесса:

- групповая – до 20 человек;
- индивидуальная – при возникновении сложностей с разучиванием элементов и комбинаций;
- ансамблевая – постановочная работа;
- игровая – при выполнении танцевальных игр, творческих заданий, танцевальных образов.

Формы организации учебного занятия:

- тренировочное – выполнение упражнений на формирование танцевальной техники;
- репетиция – постановка танцевальных номеров для выступлений;
- творческое занятие – выполнение творческих индивидуальных и групповых заданий.

Алгоритм учебного занятия: во всех возрастных группах одинаков, так как предмет хореографии имеет свою специфику, актуальную для любого возраста, уровня знаний и навыков.

Занятие состоит из:

- Разминки – выполняется в виде небольшой танцевальной зарисовки под популярную детскую песенку, в которой проводится подготовка всех частей опорно-двигательного аппарата к дальнейшим более сложным элементам.

Продолжительность – 3 мин.

- Основной части – изучение хореографических элементов, фигур композиции, постановка танцевальных номеров. Продолжительность – 10 минут.

- Завершающей части – танцевальной игры на развитие различных навыков, например, умения импровизировать под музыку; или хореографических упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания.

Продолжительность – 2 мин.

3. Список литературы:

- Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб.: Люкси, Респекс, 1996. — 256 с.
- Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учебное пособие. — СПб.: Музыкальная палитра, 2004. — 36 с.
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.
- Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. – М.: Айрис пресс, 2008 г. – 50 с.
- Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: Учеб. пособие для воспитателей и педагогов. – М.: Гном-Пресс, 1997. – 64 с.
- Никитин В.Ю. Модернджаз танец: Этапы развития. Метод. Техника.— М.: ИД Один из лучших, 2004 — 414 с.
- Смирнова К.В. Картотека игр и упражнений по развитию чувства ритма. - Буй: МДОУ №15 Огонёк, 2014. — 56 с.
- Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.
- Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – Вып. 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 43 с.
- Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.

Возрастная группа 3-4 года.

Тема 2 «Формирование танцевальной техники»

«**Прямая спинка**» - ходьба по кругу с прямой спиной, руки на поясе, плечи расправлены.

«**Деревья**»: выполняем движения согласно тексту, держать спину прямо

Я – сильный дуб, протягиваю руки-ветки к солнцу!

Я – нежная тоненькая березка, опустила руки-ветки к земле (покачать руками). Я – печальная осинка, качаюсь на ветру (качаться с ноги на ногу).

Я – мама-дерево, наклоняю голову к своему ребенку – маленькому деревцу.

Я – веселая елочка, колючая иголочка (кружимся на полупальцах, руки вытянуты вниз).

А все вместе – мы дружная семья деревьев (обняться всем).

«**Достань до небушка**» - вытягиваемся на полупальцы с поднятыми руками тянемся вверх под классическую музыку для малышей.

«**Кошка**» - выполняется под классическую музыку для малышей под речитатив хореографа: Осторожно словно кошка от дивана до окошка на носочках я пройду, лягу и в кольцо свернусь. А теперь пора проснуться, хорошенько потянуться. Я легко с дивана спрыгну, спинку я дугою выгну. И опять крадусь как кошка, лапки белые носочки.

«**Солнышко**» - сидим по кругу, ноги вытянуты в круг, как солнечные лучи, натягиваем носочки, острые как солнечные лучи, затем расслабляем носочки. под спокойную музыку.

Выполняются в партере:

Сидя на полу, ноги вытянуты – поднятие ног – поднимаем мост, велосипед – поехали к бабушке на дачу.

Сидя на полу вытягиваем руки вверх, спину держим прямо – построили высокий дом.

Лежа на животе поднимаемся на руках, живот оставляем на полу – мышка выглядывает из норки.

Лежа на животе вытягиваем руки и ноги – натягиваем крепкую веревку.

Лежа на спине поднимаем голову и смотрим на носочки – где мои носочки, куда не убежали?

Лежа на спине поднимаем ноги вверх и трясем ими – жучок упал на спинку.

Марш учим без движений рук: солдаты – четкий марш, важный кот – медленный марш, все под характерную музыку.

Приставной шаг изучаем по кругу, шаг в круг, затем приставка, шаг из круга и снова приставка – сначала под медленную, потом под быструю музыку.

Прыжки на двух ногах – берем воображаемый клей, «склеиваем» ноги и прыгаем.

Тема 4. Танцевальные образы.

«Осенние листочки» - Мы – листики осенние. На листочках сидели, дунул ветер – полетели. (бег по кругу на носочках) И на землю все присели (остановиться и сесть на корточки). Ветер снова набежал и листочки приподнял (круговые движения руками, подняться). Повертел их, покружил, и на землю опустил (кружиться на носочках, остановиться, руки вдоль корпуса). Ветер северный подул и все листья быстро сдул (покачались, изображая дерево, размахивая руками-ветками). Полетели, закружились и на землю опустились (бег по кругу на носочках, сели на корточки). Дождик стал по ним стучать – кап-кап-кап (стучим пальчиками по полу, соблюдая ритм). Град по ним заколотил, листья все насквозь пробил! (стучим ритмично кулачками по полу). Снег потом припорошил, одеялом их укрыл (ложимся, листики уснули под снегом).

«Кузнечики»: опустите плечики, прыгайте, кузнечики! прыг-скок! прыг-скок! прыг-прыг-прыг! скок-скок-скок! Стоп! Сели! Травушку покушали, тишину послушали.... Выше! выше! высоко! прыгать снова нам легко!

«Листопад»: Утром мы во двор идем.

Листья сыплются дождем.

Под ногами шелестят и летят, летят, летят (произвольное передвижение по залу с атрибутами-листочками, под спокойную музыку).

«В лесу»: Руки подняли и помахали – это деревья в лесу.

Локти согнули, кисти встряхнули – ветер сбивает росу.

Плавно руками помашем – это к нам птицы летят.

Как они сядут покажем, крылья сложили назад.

«Вороны»: Вот под елочкой зеленой скачут весело вороны.

Целый день они летали и покушать добывали.

Только к ночи умолкают и все вместе засыпают.

«Птичка-невеличка»: Села птичка на окошко (Дети стоят врассыпную по залу, ноги вместе, руки в стороны, имитируют маленькие крылышки у птички). Посиди у нас немножко, Посиди, не улетай, Улетела птичка, ай! (прыжки на двух ногах, ритмично под музыку, слегка помахивая крылышками, на слово «Ай» хлопнуть в ладоши) Села птичка на ладошку. Посиди у нас немножко. Посиди, не улетай, Улетела птичка, ай! (держать правую руку перед собой, вверх ладонью, указательным пальцем левой руки стучать по правой ладошке. На слово «Ай», хлопнуть в обе ладошки).

Тема 5. Танцевальные игры.

«Найди свое место» - играющие становятся по кругу или в линии, или в произвольном построении. под веселую музыку дети прыгают, ходят на носочках – шаг задается хореографом. Как только музыка замолкает, нужно занять свое место.

«Иголочка — ниточка» — играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Педагог - водящий встает впереди: он — иголочка, а дети - ниточка. Куда иголка идет — туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, стараясь запутать детей, идет "змейкой" по кругу и т.д. Игра выполняется под спокойную музыку, развивает ориентировку в пространстве и чувство коллектива, учит детей правильно ходить друг за другом, держась за руки.

Возрастная группа 4-5 лет.

Тема 2 «Формирование танцевальной техники»

Первое упражнение для постановки корпуса: руки на поясе, локти держим точно в стороне, ходим по кругу с носочка с ровной спиной. **Второе упражнение:** полуприседания на месте, держим спину ровно.

Упражнения для стоп: положение сидя на полу, ноги вытянуты вперед.

Первое упражнение для развития подъема стопы: «Раз-два»- натягиваем носочки, «три-четыре»- тянем носочки на себя. Далее чередуем: две ноги вместе, две ноги порознь (правая на себя, левая от себя).

Второе упражнение для развития выворотности стопы: «раз-два» - разворачиваем стопы и кладем мизинцы на пол, «три-четыре» - возвращаемся в исходное положение.

Стречинг: сидя на полу, ноги вытянуть вперед, стараться положить корпус с вытянутыми руками на ноги. Сидя на полу, ноги вытянуты врозь, стараться положить корпус между ног, спину держать ровно.

В положении сидя, ноги вытянуты, поднимаем и опускаем натянутые ножки, опора на руки за спиной.

«Бревнышко» - лечь на спину и перекатываться с одного бока на другой, следить за тем, чтобы все части тела были натянуты и напряжены.

«Веревочка» - лежа на полу на животе, вытянуть руки и ноги, напрячь все тело, натянуть сжатые вместе носочки, натянуть пальцы рук, считаем до пяти.

Ускоряем темп воспроизведения движений, закрепляем их четкость и слаженность. Добавляем новые элементы: четкое движение плечами вверх-

вниз, выполняем медленно через счет и быстро в каждый счет. Наклоны корпуса вправо влево выполняем с натянутой параллельно полу рукой.

«**Качалочка**» - стоя в широкой позиции ног переносим вес с одной ноги на другую в глубоком приседе.

Тема 3. «Постановка танцевальных номеров»

Композиция «Большая стирка»: Выполняется под веселую ритмичную музыку.

Все стоят по кругу.

«Стирка белья»: 1 т. - с полуповоротом направо полуприседание в левую сторону, правую ногу вперед на носок с двумя движениями, имитирующими руками стирку белья на стиральной доске, вдоль правой ноги. 2т. - прыжком встать в полуповорот налево, повторить с другой ноги. 3-4 тт. - повтор 1-2 тт.

«Полоскание белья»: 1-2 тт. - приседая, на каждый счет увести колени вправо, влево, вправо, влево; а руки, имитирующие полоскание – в противоположную сторону. 3-4 тт. - повтор 1-2 тт.

«Выжимание белья»: 1т. - при стойке на двух ногах два пружинистых приседания; руки согнуты впереди, кисти в кулак - правый над левым, дважды имитируют движения выжимания белья. 2т. - повторить 1 т. с другой ноги, поменяв положение кистей - левый кулак над правым. 3-4 тт. - повтор 1-2 тт. 1т. - стойка, руки со взмахом вверх. 2т. - полуприседание, руки расслаблено вниз. 3-4 тт. — повтор 1-2 тт.

«Развешивание белья» - «раз» - встать, левую ногу на полшага вправо, левую руку вверх с имитирующим движением пальцами закрепления белья прищепкой, «два» - приставить правую ногу к левой, правую руку вверх с тем же имитирующим движением. 2- 4 тт. — повтор 1 т.

«Глажение белья»: 1т. - при стойке на обеих ногах два пружинистых сгибания левой ноги; руки; правая согнута перед собой, левая согнута за спиной, обе руки дважды имитируют движение утюга при глажении белья. 2т. - повторить 1 т. с другой ноги, поменять положение рук: левая - перед собой, правая - за спиной. 3- 4 тт. - повтор 1-2 тт. 1 т. — имитация стирания пота со лба тыльной стороной ладони правой руки. 2т. - имитация стирания пота со лба тыльной стороной ладони левой руки. 3-4 тт. — повтор 1-2 тт.

Тема 4. «Танцевальные образы»

«**Часики**» - выполняется лицом в круг. Исходное положение: руки вдоль корпуса, ноги вместе.

«Бьют часы во всех домах - тик-так, тик-так» - заход в круг, руки качаются в такт шагам, локти прямые, на слова "так-так, тик-так" локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.

«И встречает утро нас, тик-так, тик-так» — отход на свои места, на слова «так-так, тик-так» маленькое приседание, локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.

«Стрелки никогда не спят, тик-так, тик-так. Скажет утро нам вот так» — хлопки по часовой стрелке сверху вниз, как бы рисующие циферблат часов.

«Пора вставать» - на слово «пора» хлопок перед собой, на слово «вставать» нарисовать руками большой круг, сильно прогнуться назад.

«**Силач**» - изображать силача под музыку - поднимает тяжелые гири, штангу, показывает мускулы, тянет канат.

«**Лошадки**» - выполняются движения под речитатив: «Эй, лошадки, все за мной! Поспешим на водопой!» - подскоки или бег с высоким поднятием бедра по кругу, руки в кулачках на поясе.

«Вот широкая река, в ней хорошая вода. Пейте хорошую водицу!» – плавно разводим руки в стороны (широкая) и низкий наклон вниз (пьем).

«Постучим-ка мы копытцем!» - четкие ритмичные притопы с ускорением, а затем замедлением темпа - по показу педагога. «Эй, лошадки, все за мной! Поскакали мы домой!» - снова бег или подскоки по кругу, руки в кулачках на поясе.

«**Солнышко**» — стоя по кругу, руки опущены, ноги вместе. Наклониться вперед, руки отвести назад и поднять как можно выше (лучики), из этого положения выпрямиться наверх и поднять руки, пальцы растопырить. Покружиться на месте, руки в стороны. Сесть на корточки, опустить руки, подниматься наверх и поднимать через стороны руки наверх, вытянувшись на носочки покружиться на месте.

«**Утята**» - стоя, руки согнуты и локти отведены в стороны, ладонями вперед, лицом в круг.

1-2тт. — четыре раза согнуть пальцы в кулачок («клювики»).

3-4тт.— четыре раза поднять и опустить локти вниз («крылышки»).

5-6тт. — приседая и вставая, четыре раза колени вправо-влево («хвостики»).

7-8тт. — четыре хлопка перед собой. Бег по кругу взявшись за руки (усложнение: подскоки по кругу). Все повторить два раза.

«**Чебурашка**» - исполняется под песню В.Шаинского и Э.Успенского «Чебурашка». Вступление стоять на месте в основной стойке (ноги вместе, руки опущены вдоль корпуса).

1-2тт. - подняться на полупальцы, руки ладонями наружу в стороны - кверху.

3-4тт. - опуститься на всю стопу в полуприседание, руки ладонями наружу расслабленно вниз.

5-8тт. -повтор 1-4тт.

Припев: 1т. — полуприседание с поворотом туловища налево, руки согнуть вперед, большой палец к ушам, остальные пальцы вместе, ладонями вперед (уши Чебурашки).

2т. - с поворотом в исходное положение встать, руки вниз.

3т. - полуприседание с поворотом туловища направо, руки согнуть вперед, кисти вниз (дворняжка).

4т. — с поворотом в исходное положение встать, руки вниз.

5-8тт. — поворот вокруг себя, руки согнуты в стороны, пальцы в стороны. Наклон туловища на каждый шаг.

9-16тт. - повтор 1-8тт.

«**Волна**» — стоя на месте. Поднимать и опускать руки вместе и попеременно. Поднимать руки наверх и опускать, как бы отталкивая от себя (берег) волну (прибой). Повторить все сначала, добавив поднятие на полупальцы, когда руки поднимаются наверх.

«**Ванька-встанька**» - стойка нога врозь, руки на пояс. Выполняется под ритмичную музыку.

«За-такт» - с поворотом направо упор присев.

1-4 тт. — переставляя руки вперед, упор стоя согнувшись.

5т. — правую ногу назад.

6т. — исходное положение.

7-8 тт. — повтор 5-6 тт. с левой ноги.

9-12 тт. - переставляя руки, упор лежа на согнутых руках.

13т. — разогнуть руки, прогнуться.

14т. — согнуть руки.

15-16 тт. - повтор 13-14 тт.

17-20 тт. — прогнуться, оторвать ноги от пола, руки согнуть, кисти к плечам держать.

21-24 тт. - лечь, руки скрестно впереди на полу, подбородок на руках, поочередное сгибание и разгибание ног назад (расслабление ног).

25- 28 тт.— лежа на спине в группировке перекаты на позвоночнике.

29-32 тт. — положение, сидя на корточках — вставать и садиться обратно.

«**Воробышки**» - 1-4тт. — четыре хлопка перед собой через счет.

5-8тт. — четыре хлопка о колени через счет,

9-12тт. — четыре хлопка справа-влева через счет.

13-16 тт. - повтор 5-8тт.

2-я часть: 1т. — наклон вправо, руки на пояс.

2т. — выпрямиться.

3т. — наклон влево.

4т. - выпрямиться.

5т. - разогнуть вперед правую ногу.

6т. — приставить.

7т. — разогнуть вперед левую ногу.

8т. — приставить.

3-я часть: 1-2тт. - наклон вперед, руки назад - наружу, потряхивая кистями (крылышками).

3-4 тт. — выпрямиться.

5-6тт. - шаги сидя, высоко поднимая колени.

7-8тт. — встать, руки вверх.

«**Мишка косолапый**» - ходьба на внешнем и внутреннем своде стопы. Повороты вокруг себя, приседания в неуклюжей форме. В положении сидя: повороты вокруг себя, покачивание на ногах.

«**Лебедь**» - плавные движения руками имитирующие взмахи крыльев корпус предельно подтянет, шея вытянута, осанка гордая. Передвижения по кругу потом сесть на корточки опустились, на воду, снова полетели.

«**Цветочек**» - сидя на полу, ноги подтянуты к корпусу, стопы соединены.

«Наступила ночь и цветочек спрятался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед.

«Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» — выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх.

«Наступила ночь и цветочек спрягался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед.

«Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» - выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх.

«Но тут закапал утренний дождик: кап-кап-кап» — кисти рук выполняют движение вверх-вниз.

«Мокнет, мокнет цветочек, мокнут листочки и стебелечек» — постепенно опускать голову к стопам, руки свободно вытягиваются вперед.

«Капал, капал дождик. Цветочек совсем намок. Спрятался он в бутончик» - положение сохраняется.

«Но дождик все-таки перестал капать и снова выглянуло солнышко. Потянулся цветочек к солнышку» - голова поднимается, руки выпрямляются наверх, спина тоже выпрямляется.

«И стал он сушить свое личико, стебелечек. Сушил, сушил цветочек» — имитация слов руками, кистями рук.

«Высушился цветочек, потянулся и вырос» — выпрямить колени, вытянуть ноги. Подняться на ноги.

«**Елка**» - под веселую музыку кружиться на месте, руки прижаты к корпусу, пальцы растопырены, передвигать по залу на прямых ногах.

«**Балерина**» - под плавную музыку передвигаться на носочках, руки плавные, вставить в позу «ласточка», предложить детям пофантазировать.

«**Слонята**» - руки с растопыренными пальцами находятся около ушей, передвижения по залу с покачиваниями к ногам. Выставление ноги на пятку, тяжелые прыжки на двух ногах.

«**Клоуны**» - под веселую музыку выполнять расслабленные движения всем телом, начиная с рук и заканчивая ногами.

Тема 5. Танцевальные игры.

«**Тихо-громко**» - игра на определение динамики музыкального произведения. Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание — ходьба вперед, на тихое — ходьба назад. На громкое звучание — прыжки, на тихое — ходьба на корточках и т. д.

«**Иголочка — ниточка**» — играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Педагог - водящий встает впереди: он — иголочка, а дети - ниточка. Куда иголка идет — туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, что-то обходит, где-то проползает, идет «змейкой» по кругу и т.д. Игра выполняется под спокойную музыку, развивает ориентировку в пространстве и чувство коллектива.

«**Зеркало**» - игра на развитие воображения, умения выражать себя в импровизационном движении. Все играющие становятся полукругом, перед ними стоит водящий. Полукруг это зеркало, в которое смотрится водящий. Он показывает какие-нибудь движения, а все за ним повторяют. После этого выбирается новый водящий, который тоже показывает движения. Не разрешается повторять предыдущие движения.

«**Магазин игрушек**» - дети идут по кругу со словами:

«Дин-дин-дин, дин-дин-дин, Открываем магазин! Заходите, заходите, Выбирайте, что хотите».

Руководитель (продавец) спрашивает покупателя (ребенка), что он хочет купить. Покупатель отвечает: «Куклу» или любой другой предмет, игрушку.

Продавец говорит: «Заходите, заходите, выбирайте, что хотите!». В это время все дети изображают кукол. Покупатель выбирает ту куклу, которая ему больше всех понравилась. Кого выбрали, тот становится покупателем, а прежний покупатель встает в круг. Игра на развитие воображения и умения импровизировать.

«Усни-трава» - речитатив:

Дальний лес стоит стеной,
Там в лесу, в глуши лесной,
На суку сидит сова.

Там растет усни-трава.

Говорят, что та сова

Знает сонные слова,

Как шепнет свои слова,

Сразу никнет голова.

На площадке свободно расставлены стулья по количеству играющих. Около них стоят дети. Лицом к детям на большом стуле сидит сова. Под стулом лежит пучок травы. После того, как дети (или педагог) негромко и таинственно произнесут текст стихотворения, сова встает и, взяв пучок травы, встряхивает им, произнося «сонные слова» (можно использовать слова из любой колыбельной), например: «Все в лесу усните, голову склоните». После этих слов все садятся на стулья и засыпают, а сова, взяв лежащую рядом со стулом палку, проходит между играющими. Как только она стукнет об пол возле какого-либо стула, сидящий на нем просыпается и ведет за совой. Так постепенно образуется цепочка, которая движется между стульями, пока все играющие не встанут в нее. Неожиданно сова два раза ударяет по полу. Все дети должны быстро занять стулья. Сова также садится на свободный стул. Оставшийся без места становится совой. Игра развивает внимательность и умение ориентироваться в пространстве.

«Найди свое место» — все дети стоят в шеренге (колонне), каждому предлагается запомнить за кем он стоит. По команде руководителя **«Разойдись!»** звучит веселая музыка, играющие разбегаются по площадке, прыгают, танцуют, играют. Звучит команда **«По местам!»** и музыка прекращается. Все участники должны быстро занять свои места в шеренге (колонне). Руководитель отмечает тех, кто правильно занял место в строю. Построение может быть различным. Игра развивает внимательность, память и умение ориентироваться в пространстве.

«Создай образ» - заранее подготавливается «нарезка» из музыки различных характеров, от медленной спокойной до характерной народной. Дети

располагаются по залу в произвольном порядке и танцуют, задача - прочувствовать и передать характер и образ в танце, своевременно реагировать на смену характера музыки.

«**Море волнуется**» — игра на развитие воображения и двигательной памяти. Дети стоят лицом в круг, взявшись за руки. Они размахивают руками вперед-назад, произнося слова:

Море волнуется - раз,

Море волнуется—два,

Море волнуется—три.

Морская фигура на месте замри!

После слова «замри!» дети принимают какую-нибудь позу (можно заранее оговорить). Преподаватель отмечает наиболее красивые позы.

«**Танцевальное эхо**» - звучит музыкальная фраза или часть музыки, во время которой педагог показывает движения, а дети повторяют. По ее окончании дети повторяют последнее движение.

«**Погода**» - построение детей в две шеренги напротив друг друга на разных концах зала. Команда «Ветер» - дети помахивают кистями рук. «Сильный ветер» - машут руками; «дождь» - хлопают в ладоши; «сильный дождь» - топают ногами; «буря» - перебегают на другую сторону площадки. Игра проводится с увеличением темпа команд. Развивает координацию движений и внимательность.

«**Ай, да я!**» - построение в круг. Водящий в центре круга демонстрирует танцевальные движения под музыку. Все дети хлопают. С окончанием музыки водящий говорит: «Ай, да я!» и, указывая на любого, спрашивает: «А ты?». Следующий водящий выходит в круг и танцует.

Возрастная группа 5-6 лет.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Упражнения для выработки правильной постановки корпуса:

«**Солдатык**» под речитатив: «На одной ноге постой-ка, Будто ты солдатык стойкий. Ножку правую держи да смотри не упади. А теперь постой на левой, Если ты солдатык смелый. Раз-два-три – ножку опусти»

«**Ах, ладошки, вы, ладошки!**»-

Встать прямо и, заведя руки за спину, соединить ладони. Затем, вывернув сложенные руки пальцами вверх, расположить кисти так, чтобы мизинцы по всей длине касались позвоночника. Локти приподнять, спину выпрямить, плечи отвести назад.

Удерживать позу под речитатив: «Ах, ладошки, вы, ладошки! За спиною спрячем вас! Это нужно для осанки, это точно! Без прикрас!».

Медленно опустить руки вниз, встряхнуть кистями рук и спокойно вздохнуть.

«Дощечка» - «раз»-подняться на полупальцы,
«два»- сесть на пятки спина прямая,
«три» - выпрямить ноги,
«четыре»- опустить пятки на пол.

Упражнения для стоп. Сидя на полу, ноги выпрямлены. Круговые движения стопами внутрь и наружу медленно с максимальной амплитудой для развития подъема и выворотности. Поочередное и одновременное потягивание пятками по 4-6 секунд.

Стречинг. Сидя на полу, одно колено согнуто и отведено назад, выполнять наклоны к ноге животом вперед и боком с заносом руки над головой.

В положении сидя ноги врозь выполняем круговые движения корпусом по направлениям к ноге-вперед-к другой ноге. Спина ровная, руки произвольные. Стречинг выполняется под спокойную мелодичную музыку.

Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. Выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе:

«**Стойкий оловянный солдатик**» – для мышц спины, живота, ног. Встать на колени, руки плотно прижмите к туловищу. «Плывет по реке лодочка, а в ней оловянный солдатик. Вдруг подул резкий ветер, и началась качка. Но ничего не страшно отважному солдатику»- наклониться назад, как можно ниже, держать спину прямо, а потом выпрямиться. После сесть на пятки и расслабиться.

«**Карусель**» – для мышц рук, ног, ягодиц; координации. Сесть на пол, поднять прямые ноги вверх. Опираясь руками о пол, поворачиваться вокруг себя с помощью рук. «Закружилась карусель!»

«**Лодочка**» - лежа на животе вытянуть руки вперед и поднять их, усложнение – поднять вместе с ногами и раскачиваться вперед-назад, влево-вправо.

Тема 4. Танцевальные образы.

«**Загораем**» - передвижения по залу в свободном направлении, заданным танцевальным шагом, по сигналу «Загораем!» лечь на спину, закрыть глаза и расслабиться. По сигналу повтор.

«**Насос**» - стойка ноги врозь. «Раз-два» - наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу (насос) — вдох, «три-четыре» - вернуться в исходное положение—выдох, «пять-восемь» - повтор в другую сторону. Речитатив: «Это очень просто: Покачай насос ты. Налево-направо, руками скользя, Назад и вперед - наклониться нельзя. Вжик-вжик! Вжик-вжик!»

«**Грибочки**» - передвижения по кругу на присогнутых ногах как бы перекатываясь на стопах, приставной шаг с приседанием по кругу, повороты в стороны с пружинкой.

«**Всадник**» - сидя на стуле, руками держаться за край стула. Под ритмичную музыку.

«За-такт» - поднять ноги вперед, «раз» - опустить ноги. Повторить движение несколько раз.

«Раз-два» - поднять согнутые ноги вперед,

«три-четыре» - опустить ноги. Повторить несколько раз.

1 -4 тт. — восемь хлопков перед собой на каждый счет.

5-7 тт. — потянуться наверх.

8 т. - поставить руки на пояс. Повторить один раз.

1 -8 тт. — имитировать скачку на лошади, слегка подпрыгивая на стуле, в руках воображаемые вожжи. Повторить один раз.

1 -8 тт. - восемь шагов на стуле, высоко поднимая ноги, руками держаться за край стула. Повторить один раз.

«**Часики**» - выполняется лицом в круг. Исходное положение: руки вдоль корпуса, ноги вместе.

«Бьют часы во всех домах - тик-так, тик-так» - заход в круг, руки качаются в такт шагам, локти прямые, на слова «так-так, тик-так» локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.

«И встречает утро нас, тик-так, тик-так» — отход на свои места, на слова «так-так, тик-так» маленькое приседание, локти сгибаются и руки подводятся к плечам вверх-вниз.

"Стрелки никогда не спят, тик-так, тик-так. Скажет утро нам вот так" — хлопки по часовой стрелке сверху вниз, как бы рисующие циферблат часов.

«Пора вставать» - на слово «пора» хлопок перед собой, на слово «вставать» нарисовать руками большой круг, сильно прогнуться назад.

«**Цветочек**» - сидя на полу, ноги подтянуты к корпусу, стопы соединены.

«Наступила ночь и цветочек спрятался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед.

«Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» — выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх.

«Наступила ночь и цветочек спрягался в бутончик» - голова опущена к стопам, руки свободно вытянуты вперед.

«Наступило утро и выглянуло солнышко, потянулся цветочек к солнышку» - руки поднимаются наверх, потянуться.

«Выпрямил свой стебелечек, поднял личико и улыбнулся солнышку» - выпрямить спину, прогнуться в пояснице, поднять голову наверх.

«Но тут закапал утренний дождик: кап-кап-кап» — кисти рук выполняют движение вверх-вниз.

«Мокнет, мокнет цветочек, мокнут листочки и стебелечек» — постепенно опускать голову к стопам, руки свободно вытягиваются вперед. «Капал, капал дождик. Цветочек совсем намок. Спрятался он в бутончик» - положение сохраняется.

«Но дождик все-таки перестал капать и снова выглянуло солнышко. Потянулся цветочек к солнышку» - голова поднимается, руки выпрямляются наверх, спина тоже выпрямляется.

«И стал он сушить свое личико, стебелечек. Сушил, сушил цветочек» — имитация слов руками, кистями рук.

«Высушился цветочек, потянулся и вырос» — выпрямить колени, вытянуть ноги. Подняться на ноги.

«Утята» - стоя, руки согнуты и локти отведены в стороны, ладонями вперед, лицом в круг.

1 -2тт. — четыре раза согнуть пальцы в кулачок («клювики»).

3-4тт.— Четыре раза поднять и опустить локти вниз («крылышки»).

5-6тт. — приседая и вставая, четыре раза колени вправо-влево («хвостики»).

7-8тт. — четыре хлопка перед собой. Бег по кругу взявшись за руки (усложнение: подскоки по кругу). Все повторить два раза.

«Лошадки» - выполняются движения под речитатив:

«Эй, лошадки, все за мной! Поспешим на водопой!» - подскоки или бег с высоким поднятием бедра по кругу, руки в кулачках на поясе,

«Вот широкая река, в ней хорошая вода. Пейте! Хорошая водица!» - плавно разводим руки в стороны (широоокая) и низкий наклон вниз (пьем).

«Постучим-ка мы копытцем!» - четкие ритмичные притопы с ускорением, а затем с замедлением темпа - по показу педагога.

«Эй, лошадки, все за мной! Поскакали мы домой!» - снова бег или подскоки по кругу, руки в кулачках на поясе.

«Клоуны» - под веселую музыку выполнять расслабленные движения всем телом, начиная с рук и заканчивая ногами.

«Мостик» - встать в положение «мостик» с помощью педагога.

«Гуляем в лесу» - дети выполняют движения, следуя речитативу:

Друг за другом мы идем,

Дружно песенку поем.
Выходи скорей на луг,
Образуем быстро круг.
Вот кузнечик проскакал.
Что такое он сказал?
Он сказал: «Ребята, дружно
Прыгать, как и я, вам нужно»!
Пролетела стрекоза,
Машет крыльями она
И стрекочет: «Эй, народ,
А ну, давай со мной в полет!» - бег со взмахами рук.
Сколько разных тут цветов,
Всяких видов и сортов.
Мы букеты собираем,
Но колени не сгибаем - наклоны поочередно к каждой ноге.
А вот гуси полетели,
Мы от радости присели,
Дальше так гуськом пойдём,
Много нового найдем - ходьба в присядке.
А теперь посмотрим мы,
Кто рекорд побьет длины.
Кто вот этот ручеек
Перепрыгнет поперек. - перепрыгивание через «ручей».
Стой, друзья, здесь остановка,
Потанцуем все мы ловко! - все дети танцуют под веселую музыку, изображая
разных лесных жителей.
«Дирижер» - имитационно-образные движения руками. Выполняется под
разную музыку, которая чередуется.
«Аленький цветочек» - передвижения по кругу, взявшись за руки.
Перестроения: заход в круг, «улитка», смена направления движения,
наклоны вперед и назад, покачивание рук, поднимание и опускание рук.
«Волна» — стоя на месте. Поднимать и опускать руки вместе и попеременно.
Поднимать руки наверх и опускать, как бы отталкивая от себя (берег) волну
(прибой). Повторить все сначала, добавив поднятие на полупальцы, когда
руки поднимаются наверх.
«Коробочка» - лежа на полу, на животе вытянуться на руках и прогнуться
назад, одновременно согнуть в коленях ноги и стремиться достать пальцами
ног до макушки головы.

«**Винтик**» - стойка ноги врозь, руки на пояс, «раз-семь» - семь пружинящих поворотов туловища направо, «восемь» - исходное положение. Повтор в левую сторону и все повторить два раза.

Тема 5. Танцевальные игры.

«**Найди предмет**» - играющие сидят или стоят по кругу. Назначается водящая, которая по музыке должна найти предмет. Водящая закрывает глаза, а предмет прячут у одного из играющих. Водящая открывает глаза и идет искать предмет. По мере приближения водящей к предмету сила звука возрастает, а при удалении ослабевает. Нашедшую спрятанный предмет заменяет следующий играющий. Игра развивает быстроту реакции, внимательность.

«**Тихо-громко**» - игра на определение динамики музыкального произведения. Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание — ходьба вперед, на тихое — ходьба назад. На громкое звучание — прыжки, на тихое — ходьба на корточках и т. д..

«**Зеркало**» - игра на развитие воображения. Все играющие становятся полукругом, перед ними стоит водящий. Полукруг это зеркало, в которое смотрится водящий. Он показывает какие-нибудь движения, а все за ним повторяют. После этого выбирается новый водящий, который тоже показывает движения. Не разрешается повторять предыдущие движения.

«**Музыкальное настроение**» - игра на определение характера музыкального произведения. Веселый характер — прыжки, танец; грустный — ходьба опустив голову; героический — марш и т. п. Дети импровизируют под музыку, педагог отмечает наиболее творческие подходы.

«**Гонка мяча по кругу**» - все участники стоят по кругу и под музыку передают друг другу мяч. Вдруг музыка прекращается, и тот, у кого остался мяч в руках, выходит к центру круга и под музыку танцует, остальные повторяют за ним движения.

«**Танцевальное эхо**» - звучит музыкальная фраза или часть музыки, во время которой педагог показывает движения, а дети повторяют. По ее окончании дети повторяют последнее движение.

«**Автомобили**» - все играющие стоят в шахматном порядке (или в шеренге). По команде «сели в машину» дети выполняют полуприседание (усложнение – полное приседание) и берутся руками за воображаемый руль. По команде «поехали» дети свободно передвигаются по залу бегом или шагом. Выполняя движение, все смотрят на педагога, у которого в руках карточки: красная —

«Вот зажегся красный свет, стой, дорога дальше нет» (дети стоят на месте); желтая — «Ты на желтый не ходи, а на месте раз, два, три» (дети маршируют на месте); зеленая — «Свет зеленый впереди, путь свободный — выходи!» (дети снова передвигаются по залу в любом направлении). По команде «машины в гаражи» дети должны за три счета быстро занять свои места.

«Создай образ» - заранее подготавливается «нарезка» из музыки различных характеров, от медленной спокойной до характерной народной. Дети располагаются по залу в произвольном порядке и танцуют, задача - прочувствовать и передать характер и образ в танце, своевременно реагировать на смену характера музыки.

«Гулливер и лилипуты» - игра на внимание. Читается текст, как только звучат слова «Гулливер» или «Человек-гора», все дети встают на носки и поднимают руки вверх, а если звучат слова «лилипуты» или «человечки», все быстро садятся на корточки с прямой спинкой. «К вечеру вокруг Гулливера столпилось, по крайней мере, триста тысяч лилипутов. Каждому хотелось посмотреть, что такое — Человек-гора. Гулливера охраняла стража. Две тысячи лилипутов выстроились перед замком, но все-таки кое-какие смелые, горожане прорвались. Одни лилипуты осматривали башмаки Гулливера, другие человечки швыряли в него камешки: Меткая стрела поцарапала Гулливеру шею, вторая стрела поцарапала левый глаз. Солдаты связали шестерых лилипутов и, подталкивая тупыми пиками, пригнали к ногам Гулливера. Гулливер нагнулся, скреб всех лилипутов одной рукой и сунул в карман своего камзола...».

«Погода» - построение детей в две шеренги напротив друг друга на разных концах зала. Команда «Ветер» - дети помахивают кистями рук. «Сильный ветер» - машут руками; «дождь» - хлопают в ладоши; «сильный дождь» - топают ногами; «буря» - перебегают на другую сторону площадки.

«Ай, да я!» - построение в круг. Водящий в центре круга демонстрирует танцевальные движения под музыку. Все дети хлопают. С окончанием музыки водящий говорит: «Ай, да я!» и, указывая на любого, спрашивает: «А ты?». Следующий водящий выходит в круг и танцует.

Возрастная группа 6-7 лет.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Упражнение «Солдатик» с усложнением под речитатив: «На одной ноге постой-ка, Будто ты солдатик стойкий. Ножку правую к груди да смотри не уподи. А теперь давай-ка с левой, Если ты солдатик смелый. Раз-два-три — ножку опусти»

«**Дощечка**»- «раз»-подняться на полупальцы, «два»- сесть на пятки спина прямая и задержаться в этом положении еще на два такта, «три» - выпрямить ноги, «четыре»- опустить пятки на пол.

«**Самовар**»- сидя на полу вытянуть ноги вперед, поставить руки на пояс, держать спину прямо.

«Раз-два»- соединяем стопы и подтягиваем ноги к себе до упора, спина прямая,

«три-четыре»- выпрямляем ноги.

Упражнение выполняется медленно, задача- сохранить спину прямой.

Упражнения для стоп:

«**Натянутые носочки**»- из заданной позиции ног выводить натянутый носочек и закрывать обратно в позицию.

Стречинг. Сидя на полу, одно колено согнуто и отведено назад, выполнять наклоны к ноге животом вперед и боком с заносом руки над головой.

В положении сидя ноги врозь выполняем круговые движения корпусом по направлениям к ноге-вперед-к другой ноге. Спина ровная , руки произвольные. Стречинг выполняется под спокойную мелодичную музыку.

Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов: выполняются в партере сидя, лежа на спине и на животе:

«**Карусель**»— для мышц рук, ног, ягодиц; координации. Сесть на пол, поднять прямые ноги вверх. Опираясь руками о пол, поворачиваться вокруг себя с помощью рук. «Закружилась карусель!»

«**Лодочка**» - лежа на животе вытянуть руки вперед и поднять их, усложнение – поднять вместе с ногами и раскачиваться вперед-назад, влево-вправо.

«**Ракета**» – для мышц рук, спины, живота, ног; координации. «Готовим ракету к полету»- лежа на спине, плавно поднять ноги вверх. Упираясь руками в поясницу, поднять нижнюю часть туловища. Ноги тянуть вверх, выпрямляя их. «Ракета готова к старту!

Три, два, один – пуск!»- лечь на спину и немножко отдохнуть перед следующим запуском.

«**Экскаватор**» – для мышц спины, живота, ног; гибкости. Лечь на спину, руки вдоль туловища, ладони на полу, ноги согнуты в коленях. «Экскаватор к работе готов!»- поднимать ноги за голову, постепенно выпрямляя их. Удерживать позу, пока из «ковша», земля высыпается в кузов машины. И так несколько раз.

Упражнения для развития плавности движений рук:

«**Играют маленькие волны**»- под плавную инструментальную музыку руками изображаем волны, прилив, отлив, спокойную воду, бурю на воде.

Упражнения для развития фиксации положений ног и корпуса, подтянутости.

«Деревянные и тряпичные куклы»- при изображении деревянных кукол напрягаются мышцы ног, корпуса, опущенных вдоль корпуса рук. Делаются резкие повороты всего тела вправо-влево, сохраняется неподвижность шеи, рук, плеч, ступни крепко и неподвижно стоят на полу. Подражая тряпичным куклам, необходимо снять излишнее напряжение в плечах и корпусе; руки висят пассивно. В этом положении нужно короткими толчками поворачивать тело вправо-влево; при этом руки взлетают и обвиваются вокруг корпуса, голова поворачивается, ноги также поворачиваются, хотя ступни остаются на месте.

Поклон в стиле «джаз». «Раз» - руки согнуты в локтях поднять вверх, «и» - опустить руки на пояс, локти, удерживая в 1ом положении, «два» - руки на поясе переводим против часовой стрелки, корпус неподвижен, «и» - наклон корпуса вперед, «три» - ноги с корпусом поворачиваются в лево, руки остаются на месте «и» - слайд ногой назад, руки оттяжка вперед, «четыре» - ноги вместе, руки вдоль корпуса. «Раз»- ноги вместе в плие, руки позиция «за партой» правая рука вверх, «и»- поменять руки, левая вверх, «два»- поменять руки, правая вверх, «и»- правую руку сложить на левую и голова влево, «три»- вернуть с положение как на счет «два», «и-четыре»- волна корпусом снизу вверх.

Приложение №2.

Общие методические рекомендации по ведению занятий

С первых минут на занятиях хореографией очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи.

Прежде чем переходить сразу к разучиванию танцев, необходимо сделать связь музыки с движением привычной, естественной. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные

упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения.

Обучение движению обычно начинается с наименования упражнения, показа и объяснения техники. Это необходимо для зрительного образа и последующего осмысления движений. Объяснение техники должно быть лаконичным, целенаправленным, понятным. Вначале второстепенные детали и тонкости движения опускаются.

Первый раз движение показывается с полной амплитудой, с соблюдением всех требований, предъявляемых к его характеру и форме. Это нужно для того, чтобы занимающиеся поняли, каков идеал, к которому они должны стремиться. Далее можно демонстрировать отдельные части движения с меньшей амплитудой или в более медленном темпе, сосредотачивая внимание на важных деталях.

После первого исполнения упражнения детьми преподаватель разъясняет, были ли допущены ошибки и какие. Затем следует вторичный образцовый показ. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении. Занятие не должно быть монотонным.

Необходимо разнообразить задания, чтобы они всегда оставались занимательными для воспитанников. В занятие лучше включать такие движения и упражнения, которые оказывают разностороннее воздействие на организм занимающихся. Это построения и перестроения; разновидности ходьбы, бега и прыжков; общеразвивающие и специальные упражнения на активацию мышечного чувства, на тренировку отдельных групп мышц и подвижности суставов. В то время, когда звучит музыка, педагогу не стоит считать вслух, так как это притупляет восприятие мелодии ребенком.

На протяжении всего занятия и особенно на его начальных этапах очень важно следить за формированием правильной осанки детей. Для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры.

Заканчивать занятие следует элементарной растяжкой, или «стречингом», танцевальной игрой или несложным упражнением из темы «танцевальные образы». Это действует успокаивающе. И, конечно, начинать и заканчивать занятие будет традиционно – поклоном, хореографическим знаком вежливости.

Лист изменений и дополнений Программы