

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
№ 88 «Алые паруса» города Калуги
(МБДОУ № 88 «Алые паруса» г. Калуги)

Принята
педагогическим советом
МБДОУ № 88 «Алые паруса» г. Калуги
(протокол от 01.09.2022 № 1)

Утверждена
приказом МБДОУ № 88 «Алые паруса»
г. Калуги
от 01.09.2022 № осн-45/1



**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Ритмическая мозаика»**

возраст обучающихся 4-7 лет
срок реализации 3 года

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмическая мозаика» для детей 4-7 лет разработана воспитателем МБДОУ № 88 «Алые паруса» г. Калуги Грабовой Надеждой Анатольевной. Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете учреждения.

Структура программы

№ п/п	Наименование разделов	Стр.
I.	Комплекс основных характеристик программы	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель и задачи программы	5
1.3.	Содержание программы	5
1.4.	Планируемые результаты	11
II	Комплекс организационно-педагогических условий	15
2.1.	Условия реализации программы	15
2.2.	Формы педагогической диагностики (мониторинга)	15
2.3.	Методическое обеспечение программы	16
III.	Список литературы	17
	Приложения	

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Актуальность

Актуальность реализации дополнительной общеразвивающей программы «Ритмическая мозаика» (далее Программа) обусловлена тем, что ритмопластика является эффективным оздоровительным средством. Танцевальный характер выполнения упражнений является главной чертой ритмопластики по сравнению с другими видами оздоровительного спорта. Специалисты в области физического воспитания рассматривают ритмопластику как эффективное средство оздоровления, так как занятия носят не только развивающий, но и оздоровительный характер. По направленности воздействия на организм занимающихся, средства ритмопластики разделяются на упражнения, оказывающие влияние на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, а также опорно-двигательный аппарат. Отличительной чертой ритмопластики является то, что темп движения задается ритмом музыкального сопровождения, которое необычайно повышает эффективность занятий.

Физиологические исследования показали, что данные занятия положительно влияют на кардиореспираторную производительность организма. В зависимости от характера, локализации движений наблюдается и адекватная реакция сердечно-сосудистой системы на нагрузку. Уровень потребления кислорода варьируется в зависимости от характера упражнений. Говоря о воздействии на опорно-двигательный аппарат, следует отметить: упражнения подбираются таким образом, что позволяют «проработать» все группы мышц – рук, плечевого пояса, туловища, ног. При этом увеличивается подвижность в суставах, сухожилиях, связках, мышцы становятся более эластичными.

Средства ритмопластики развивают такие физические качества, как силу, выносливость, воспитывают танцевальность, пластичность, которая неразрывно связана с развитием ловкости, координации, мышечной чувствительности и ритмизации движений.

Комплексы упражнений составляются с учетом принципа биологической целесообразности, которому соответствуют умеренные нагрузки при соблюдении целостности, динамичности, танцевальности выполнения упражнений. При этом учитывается плавный переход от одного движения к другому, волнообразный характер нагрузки.

Физические упражнения, выполняемые с музыкальным сопровождением, снимают отрицательный фон, вызывают положительные эмоции, чувство радости, то есть оказывают стойкое воздействие на центральную нервную систему.

Отличительные особенности

1. Содержание педагогической работы строится на основе понимания и осознания психофизических особенностей дошкольников.

2. Освоение дошкольником танцевального искусства рассматривается в единстве с эстетическим развитием дошкольника и развитием его творческого потенциала.

3. Педагог стремится сделать привлекательным процесс занятий путём подбора интересной музыки, оригинальных двигательных упражнений, вызывающих у детей эмоциональный отклик, варьированием игровых ситуаций, сюрпризных моментов.

4. Главное – это дать детям возможность приобрести собственный целостный чувственный опыт двигаться под музыку, обогатить их запасом разнообразных двигательных упражнений.

5. Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощёнными, смогут развивать индивидуальные качества личности.

Программа дополнительного образования составлена на основе программы для детей дошкольного возраста Бурениной А. И. «Ритмическая мозаика». В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А. Я. Ваганова, Т. А. Устиновой, Т. С. Ткаченко и др.

Программа носит инновационный характер и основана на современных подходах к развитию и образованию дошкольника, в ней определены основные пути раскрытия и развития творческого потенциала личности дошкольника через выбор хореографического направления.

Новизна Программы

- развитие танцевального искусства детей осуществляется в интеграции образовательного процесса и кружковой работы;
- особое внимание уделяется развитию образного мышления и фантазии, памяти и трудолюбию, привитию любви к прекрасному;
- хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития;
- занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равною сочетанию нескольких видов спорта;
- танец имеет огромное значение, как средство воспитания национального самосознания;
- занятия хореографией проводятся эмоционально в игровой форме, обеспечивая максимально комфортные условия для каждого ребёнка;
- танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребёнка;
- обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слушать и понимать музыку, согласовывать ней свои движения.

Адресат Программы

Программа рассчитана на детей 4-7 лет. В кружок приглашаются дети, проявляющие способности и особую заинтересованность в хореографической деятельности.

Для успешной реализации программы целесообразно объединение детей в учебные группы численностью от 10 до 12 человек.

Объем Программы Программа кружка рассчитана на три года обучения. Общая продолжительность обучения в средней группе составляет 32 часа; в старших и подготовительных группах – 64 часа.

Занятия проводятся в старшей и подготовительной группе 2 раза в неделю, в средней 1 раз в неделю. Длительность занятий: средняя группа - 20 минут, старшая группа – 25 минут, подготовительная группа – 30 минут.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель – приобщение детей к танцевальному искусству, эстетическое и нравственное развитие дошкольников.

Задачи:

Образовательные:

- учить детей владеть своим телом, культуре движения, основам классического, народного и детского бального танца, музыкальной грамоте и основам актёрского мастерства;

- научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

Развивающие:

- развивать музыкальные и физические данные детей, образное мышление, фантазию и память;

- развивать творческую активность, интерес к танцевальному искусству.

Воспитательные:

- воспитывать нравственные качества личности, любовь к прекрасному, трудолюбие, самостоятельность, целеустремлённость в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе.

1.3. Содержание программы

В процессе реализации поставленных задач педагог сталкивается с проблемой выбора методов и форм развития ребёнка, обеспечения максимально комфортных условий для занятий с детьми и, в

то же, время поиска наиболее эффективных способов достижения результатов. Как научить детей тонко воспринимать музыку, выполнять разнообразные двигательные упражнения, свободно импровизировать, выражая в пластике музыкальный образ.

На наш взгляд, для реализации этих задач необходимы следующие условия:

1. Использование интенсивных методов обучения – выполнение большого объёма двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребёнка.

2. Обеспечение психологического комфорта детей и педагогов в процессе выполнения движений под музыку.

3. Выбор оптимальной системы занятий.

4. Объединение усилий всего педагогического коллектива на решение поставленных задач.

Рассмотрим каждое условие более подробно. Говоря об использовании интенсивных методов, мы имеем в виду увеличение времени занятий движениями, то есть активизацию двигательной активности детей под музыку в процессе всего времени пребывания в детском саду (на зарядке, занятиях, между занятиями, на прогулке и т.д.), и, кроме того, увеличение объёма разнообразных движений в упражнениях. Другими словами, чтобы научиться двигаться, надо, прежде всего много двигаться. Но если этот процесс не сделать радостным, привлекательным для детей, то, скорее всего, он превратится в муштру (что не редко встречается в практике некоторых педагогов и хореографов). Кроме того, важно подбирать такие ритмические композиции, которые позволяли бы решать одновременно много разных задач. Например, яркая, художественная музыка, под которую двигаются дети, развивает вкус, музыкальные способности, воспитывает эстетические потребности; быстрая смена разнообразных двигательных упражнений тренирует внимание, подвижность нервных процессов, координацию движений. Музыкальный образ и характер исполнения движений развивают фантазию и творческое воображение. Композиционные перестроения развивают умение ориентироваться в пространстве. Включение в упражнение задания на импровизацию стимулирует творческие способности детей. Таким образом, в процессе исполнения одной композиции (например, на музыку «Светит месяц» или «Калинка») в течении 2-3 минут у детей развивается разнообразные умения и способности, а также формируются важнейшие качества личности.

Но для успешной реализации такого комплекса разнообразных задач необходимо обеспечивать психологический комфорт, чувство защищённости каждому ребёнку, чтобы у него не было боязни сделать что – ни будь не так, проявить своё неуменье т.д. поэтому педагог старается не делать детям замечаний вслух, а наоборот, поддерживать их. Важно также подбирать такой материал, который был бы доступен для исполнения, соответствовал возрастным и индивидуальным особенностям детей. Известно, что детям (и взрослым) нравится исполнять то, что получается, а если материал слишком сложный, то он, как правило, отвергается.

Педагог стремится сделать привлекательным процесс занятий путём подбора интересной музыки, оригинальных двигательных упражнений, вызывающих у детей эмоциональный отклик, варьированием игровых ситуаций, сюрпризных моментов.

Следующие условие – выбор оптимальной системы занятий, что связано с использованием в работе с детьми двух уровней работы с музыкально – ритмическим материалом. Первый уровень условно можно назвать тренинговым, он предполагает исполнение ряда музыкально – ритмических композиций в процессе игрового сотрудничества педагога и детей без специального разучивания. Этот материал. В основном, используется по показу взрослого и включается в утреннюю зарядку, различные занятия и паузы между ними. В программы детских утренников тренинговые композиции, как правило, не включаются, так как они достаточно сложны и не становятся задачей добиться от всех точного и правильного исполнения движений. Главное – это дать детям возможность приобрести собственный целостный чувственный опыт двигаться под музыку, обогатить их запасом разнообразных двигательных упражнений, облегчить и ускорить процесс формирования музыкально – ритмических навыков и умений. Естественно, что дети выполняют тренинговые композиции так, как они умеют, чувствуют – по – разному. Педагог в процессе наблюдений определяет уровень индивидуального развития своих воспитанников и на этом основании подбирает специальный индивидуально – ориентированный материал (танцы, упражнения, игры) с ребёнком, чтобы раскрыть способности каждого ребёнка, высветить

наилучшим образом умения и скрыть недостатки. Этот специально подобранный (или придуманный с ребёнком) репертуар разучивается с подгруппами или индивидуально. При этом ставится задача подведения к выразительному, самостоятельному исполнению композиции (с последующим выступлением ребёнка не только на занятиях. Но и на утренниках.

И последнее условие – согласовывать действия всего педагогического коллектива, использование единого репертуара по ритмике в разных формах работы, а также единство в подходах и требованиях разных специалистов. Один педагог, как бы закрепляет и углубляет, дополняет на своих занятиях один и тот же музыкальный материал, интегрируя его с заданиями другого содержания, например, по развитию речи, формированию математических представлений, ознакомление с окружающей природой и т.д.

Такая система работы способствует достижению следующих результатов: дети легко и свободно используют в импровизации разнообразные движения, тонко передавая музыкальный образ;

Процесс разучивания нового репертуара занимает немного времени – 2-3 занятия; дети владеют определённым репертуаром, готовым для показа на выступлении; ещё одним преимуществом использования такой системы работы является то, что педагог ощущает некоторое облегчение в своей профессиональной деятельности, так как значительно меньше усилий тратит на разучивание репертуара.

«Педагогика должна быть экономной» — вот девиз предлагаемого подхода. Поэтому важно пересмотреть содержание работы, убрать все лишнее и объединить усилия всех специалистов, а детям предоставить больше времени для самостоятельных игр, творческой деятельности и прогулок.

Однако такой результат достигается не сразу, так как требует определённого времени, постепенного усложнения заданий и варьирования форм и методов работы с детьми.

Рассмотрим более детально эту систему работы, в которой мы условно выделяем **три этапа**:

На 1-м этапе (начало использования в работе с детьми музыкально – ритмических композиции) мы опираемся на способность детей к подражанию, которая ярко выражена в дошкольном возрасте. Подражая взрослому, ребенок осваивает разнообразные виды движений и постепенно начинает использовать их в самостоятельной деятельности (в играх, танцевальных импровизациях).

2-й этап обучения (после того, как дети уже приобрели некоторый опыт в исполнении по показу и запомнили несколько композиций) способствует развитию у детей умений самостоятельно исполнять выученные ранее упражнения, композиции в целом и отдельные движения.

3-й этап работы – подведение детей к творческой интерпретации музыкального произведения, развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно подбирать и комбинировать знакомые движения и придумывать собственные, оригинальные упражнения. Реализация этих задач наиболее важна в данной программе, так как именно в развитии творчества, способности к импровизации концентрируется основная идея – овладение собственным телом. Тонкость музыкального восприятия, нестандартность мышления, психологическая свобода.

К каждому этапу мы подходим последовательно, но, в то же время, они могут сочетаться (но на разном репертуаре).

Рассмотрим более подробно методику организации педагогического процесса на каждом этапе.

В основе 1-го этапа обучения – подражание детей образцу исполнения движений педагогом в процессе совместной деятельности. «Вовлечение показа» (выражение С. Д. Рудневой) помогает детям освоить достаточно сложные двигательные упражнения. Совместное исполнение движений способствует созданию общего приподнятого настроения, единое ритмическое дыхание под музыку регулирует психофизиологические процессы, максимально концентрирует внимание. На таких групповых занятиях ритмикой на занимающихся оказывается, как бы гипнотическое воздействие, сила которого зависит от музыки и от того, насколько выразителен, артистичен показ педагога.

Показ должен быть «опережающим», то есть на доли секунды движения опережают музыку. Это необходимо для того, чтобы дети успели «перевести» зрительное восприятие в двигательную реакцию. Другими словами, необходимо время для отражения зрительных сигналов, и тогда мышечные ощущения точно совпадут со звучанием музыки. Если такого опережения в показе не

происходит, то движение детей (отражающих показ педагога) все время чуть – чуть запаздывают по отношению к музыке, что затрудняет формирование музыкально – ритмических навыков.

Есть ещё одна особенность такого показа – он должен быть в «зеркальном» пояснении, поскольку дети повторяют все движения автоматически. В процессе подражания у детей легче формируются разнообразные двигательные навыки и умения. Благодаря «вовлекающему показу» дети справляются с такими упражнениями, которые могли бы выполнить самостоятельно или при фрагментарном показе со словами – объяснениями. Однако степень сложности двигательных упражнений. Которые дети могут выполнить в процессе подражания, не безгранична. Чтобы ее определить педагог должен определить «ближайшую зону» развития ребенка, что позволяет предвидеть последующую ступеньку в ее развитии. В результате совместного исполнения важно дать детям почувствовать свои возможности. При последующих повторениях движения уточняются. Закрепляются и автоматизируются. Конечно. У детей это происходит по – разному у кого – то быстрее и легче, а у кого -то медленнее, с к4аким – то своеобразием. Важно, чтобы педагог не делал никаких замечаний (на этом этапе работы), не фиксировал детей на том, что у них что – то не получается, и тогда постепенно сложные элементы упражнений, повторяющиеся в различных композициях, будут освоены.

Следующий, 2 -й этап занятий – это развитие самостоятельности детей в исполнении композиций и других упражнений. Происходит это постепенно, как бы незаметно для занимающихся. Педагог время от времени прекращает показ в процессе совместного исполнения и предлагает детям продолжать исполнять движения самостоятельно. Это очень важный момент, так как в случае исполнения только по показу, у детей не тренируется произвольное внимание, память, воля. Постепенно педагогом предлагается исполнить всю композицию самостоятельно от начала до конца, где можно подсказывать некоторыми жестами. На этом этапеб используются следующие приёмы:

- показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога – по очереди или по желанию);
- показ упражнений условными жестами, мимикой;
- словесные указания;
- «провокация», то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей и побуждения к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку.

Не все композиции следует выучивать с детьми до уровня самостоятельного мнения по памяти. Наша задача – накопить двигательный опыт, сформировать и умения, а для этого нужно много двигаться (чтобы добиться автоматизма, навыка), и этот этап работы мы рассматриваем как интенсивный тренинг. Существуют некоторые композиции, удобные для включения в различения, утренники, драматизации (эффективные, «зрелищные») можно выучить с детьми с целью бедующего выступления (к ним, например, относятся: «Волшебный цветок», почка», «Упражнения с обручами» и д.р.) в этом случае ведётся более тщательная работа над качеством исполнения, так как у детей важно воспитывать чувство красоты, культуры движения, стремление всё делать с полной отдачей сил. Таким образом, параллельно присутствует два уровня в работе над композициями: «тренинг», исполнение по показу (без тщательной отработки движений) и подведение детей к самостоятельности, выразительности исполнения движений (на отдельных композициях, доступных индивидуальным возможностям детей) с целью воспитания и различности ребёнка.

Самостоятельное исполнение упражнений говорят о сформированности двигательных навыков, является показателем результата обучения и показывает уровень развития важнейших психических процессов – воли, произвольного внимания, музыкальной и двигательной памяти.

Далее, на основе развития пластических возможностей детей, расширения их двигательного опыта мы переходим к 3 -му – творческому самовыражению в движении под музыку. Происходит это тоже постепенно. Так в некоторых композициях сразу заложена «вопросно – ответная» форма исполнения, где предполагается импровизация на определённый музыкальный фрагмент – проигрыш, припев и т.д., например, в композиции «Танцуйте сидя» дети на проигрыш сами придумывают общеразвивающие упражнения, на проигрыш в композиции «Три поросёнка» - пляску Поросят и т.д.

Такие небольшие включения, с одной стороны, тренируют переключаемость внимания и развитие произвольности движения, а с другой – готовят к импровизации на целостные музыкальные произведения.

Затем переходим к несложным творческим заданиям, к которым относятся инсценирование песен. Например, в песне «Два барана» (муз. М. Козлова) дети по тексту исполняют движения по ролям (в образе двух Баранов – белого и чёрного), а в инсценировании песни «Расплата» дети изображают диалог Девочки и Кошки. Для подобных заданий подбираются песни с ярким, динамичным сюжетом, побуждающим к движению («Кошки – Мышки», «Всё мы делим пополам» В. Шаинского и др.). Процесс импровизации, обыгрывания песен более длительный, чем просто разучивание. Так, в начале детям предлагается прослушивание песни, проговаривание текста, затем – игровые «пробы», в которых дети пытаются выразить в движениях содержание песни. Роль педагога – наблюдать за проявлениями детей, поддерживать их, но ни в коем случае не перехваливать их инициативу, а помогать в подборе образных движений и оформлении целостной композиции.

Старшим дошкольником могут предлагаться и более сложные задания – например, пластические импровизации на классическую музыку (см. в приложение сценарий сюиты на музыку М. Мусорского «Картинки с выставки») или сочинение сказок, «балетов» и т.д. (см. в приложении 4, включение в постановку сказки и танцы, которые придумали сами дети).

На этом этапе работы можно использовать следующие методические приёмы:

- слушание музыки и беседы о ней;
- рисование, словесное описание музыкальных образов;
- подбор стихов, сказок и других произведений, помогающих интерпретировать музыкальный образ;
- пластические импровизации детей, «пробы» - без показа педагога;
- показ вариантов движений педагогом, а детям предлагается выбрать наиболее удачный.

Взрослые только иногда включаются в движение, чтобы стимулировать активность детей. Как правило, такая необходимость возникает в связи с оформлением движений, придуманных детьми, в единую, так как это еще сложно для дошкольников и младших школьников (да и для взрослых это не просто!)

Наиболее удобным способом развития танцевального и игрового творчества на наш взгляд, является инсценирование популярных сказок, таких, как «Муха Цокотуха» к. Чуковского, «Кошкин дом», «Двенадцать месяцев» С. Маршака и др.

Итак, резюмируя сказанное, подчеркнем, что импровизация как у детей, так взрослых возможно только на базе развития музыкального слуха, творческого воображения, а также на основе свободного владения своим телом, то есть тогда, когда движения автоматизированы и не отвлекают внимания на технику их исполнения. Поэтому, если мы хотим достичь действительно художественной, а не примитивной интерпретации музыкальных произведений в пластике, необходима большая и скрупулёзная работа над двигательными навыками. Но сам процесс этой технической работы также должен быть привлекательным, игровым, интересным. И тогда дети будут развиваться, обучаться движениям легко и непринуждённо. Незаметно для себя осваивая разнообразные и сложные двигательные комбинации. А это в свою очередь будет стимулировать их общее развитие.

Содержание занятий

1. Вводная занятие

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

2. Партерная гимнастика

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно – характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? П.э. – это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить

гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения так же способствуют исправлению нескольких недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

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

3. Упражнения на ориентировку в пространстве

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

4. Упражнения для разминки

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

5. Народный танец.

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

6. Классический танец

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

7. Бальный танец.

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

Учебный план для детей 4-5 лет (средняя группа)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	
2	Партерная гимнастика	1	3
3	Упражнения на ориентировку в пространстве		4
4	Упражнения для разминки		4
5	Классический танец	2	3
6	Народный танец	2	2

7	Танцевальные этюды, танцы		3
8	Подготовка к итоговому контрольному занятию		2
9	Итоговое контрольное занятие		2
10	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей дошкольного возраста	1	2
ИТОГО:		7	25

Учебный план
для детей 5-6 лет (старшая группа)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей на начало года	2	3
2	Классический танец (повтор 1 года обучения)	4	8
3	Народный танец (повтор 1 года обучения)	4	8
4	Бальный танец	2	10
5	Этюды	2	8
6	Подготовка к итоговому контрольному занятию.	2	3
7	Итоговое контрольное занятие	2	2
8	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей дошкольного возраста.	2	2
ИТОГО:		20	44

Учебный план
для детей 6-7 лет (подготовительная группа)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей на начало года	2	3
2	Классический танец (повтор 2 года обучения)	4	8
3	Народный танец (повтор 2 года обучения)	4	8
4	Бальный танец	2	10
5	Этюды	2	8
6	Подготовка к итоговому контрольному занятию	2	3
7	Итоговое контрольное занятие	2	2
8	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей дошкольного возраста.	2	2
ИТОГО:		20	44

Тематическое планирование по всем возрастным группам представлено в приложении 1

1.4. Планируемые результаты

Ожидаемые результаты соотнесены с задачами и содержанием программы.

К концу 1 года обучения дети должны:

знать	иметь представления	уметь
Элементы партерной гимнастики.	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том какие движения разогревают ту или иную мышцу.	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях.	- линия; - колонка; - круг; - движения по линии танца и против танца.
Упражнения для разминки.		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца.	О классическом танце и баллате в целом.	- позиция рук ⁴ - перевод рук из одного положения в другое; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.		- позиция ног; -relleve; - demi – plie; - sotté; - различные виды бега и танцевальных шагов; -поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
Положения и движения рук народного танца.	О русском народном танце, о русских традициях и праздниках.	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; - взмахи платочком и кистью; - «полочка».
Положения и движения ног народного танца.		- позиция ног; - battement tendu в народном характере с переводом с носка на каблук; - притопы; - приставной шаги; - танцевальные движения.
Этюды.	О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танец «Лето».

К концу 2 года обучения дети должны:

знать	иметь представления	уметь
--------------	----------------------------	--------------

Квадрат А. Я. Вагановой.	О классическом танце.	Ориентироваться в музыкальном зале.
Положения и движения рук классического танца.	О port de brass (классического танца).	
Положения и движения ног классического танца: (позиция – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса).	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту).
Положение о движении рук народного танца: (положение кисти на талии, port de brass характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и д.р.)	О русском народном танце.	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши.
Положение рук в паре.	О работе партнёров в паре.	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре.
Движение ног народного танца.	О русском народном танце. (мальчике) – о присядке.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту. Правильно выполнять резкое и плавное приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звёздочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка».
Движение бального танца.	Об историка – бытовом танце.	Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Умение чувствовать своего партнёра.
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

К концу 3 года обучения дети должны:

знать	иметь представления	уметь
Элементы классического экзерсиса на середине.	О классике танца.	- port de brass; - demi – plie; - battement tendu; - passe; - relleve.
Элементы народного танца.	О русском народном танце.	- поклон в русском характере; - различные виды шагов; - танцевальные движения; (мальчику): - присядку; - виды хлопков; - «гусиный шаг»; (девочки): - вращение на полу пальцах.
Элементы бальных танцев.	О танцах: - «Полька»; - «Вальс»; - «Полонез»; - «Чарльстон».	Исполнять танцевальные движения различных танцев. Отличить движение «Вальс» от «Полонеза» или «Польки» от «Чарльстона».
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно танцевать тренировочные этюды. Передавая характер и темп музыкального провозждения.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы:

Важным условием реализации программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения:

- 1) наличие специального зала (физкультурный или музыкальный) с качественным освещением в дневное и вечернее время;
- 2) специальная форма и обувь для занятий;
- 3) музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник);
- 4) специальный инвентарь для музыкально-ритмических занятий:
 - коврики для занятий на полу;
 - флажки трех-четырёх цветов по числу детей в группе;
 - ленты разных цветов по 2 на ребенка;
 - платочки разных цветов (размер 20-25 см);
 - искусственные цветы;
 - обручи легкие пластмассовые;
 - шнур яркий длиной 3-4 метра;
 - мячи среднего размера по числу детей в группе;
 - гимнастические палки большие и маленькие;
 - куклы и мягкие игрушки;
 - скакалки;
 - фитболы.

Технические средства обучения:

- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- ноутбук;
- мультимедиа-проектор.

Кадровое обеспечение реализовывать программу может педагог, имеющий среднее специальное или высшее педагогическое образование, обладающий достаточными знаниями и опытом практической работы с дошкольниками.

2.2. Формы педагогической диагностики (мониторинга)

Для контроля знаний и проверки результативности освоения программы в начале и в конце учебного года проводится диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка (автор А.И. Буренина) (Приложение 2).

Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:

- выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы.

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

В процессе оценки используется 5-ти балльная система.

В качестве форм подведения итогов также используются: выступление детей на утренниках, гала-концерте. На протяжении учебного года систематически проводятся вечера-развлечений, театрализованные представления с хореографическими композициями.

Детям представляется возможность продемонстрировать свои хореографические умения, образность и выразительность танца. В конце года целесообразно проводить итоговые занятия в рамках «Дня открытых дверей» для родителей.

2.3. Методическое обеспечение программы

В данной программе используются современные образовательные технологии:

- личностно-ориентированные, которые обеспечивают комфортные условия в семье и образовательном учреждении, бесконфликтные и безопасные условия развития личности обучающихся, реализацию имеющихся природных потенциалов;
- игровые, представляющие собой целостное образование, охватывающее определенную часть учебного процесса и объединенное общим содержанием, сюжетом, персонажем;
- здоровьесберегающие: зрительная гимнастика, смена статичных и динамичных поз, динамические разминки (в том числе и музыкальные), голосовые и дыхательные упражнения, малоподвижные игры речевого характера, упражнения для коррекции мелкой и общей моторики;
- информационно-коммуникативные: мультимедийные презентации, интерактивные игры.

Методические материалы:

специальная литература по хореографии;

- фонотека;
- видеотека;
- картотека игр;
- тематические папки «История хореографии», «Классический танец», «Хореографические профессиональные коллективы».
- сценарные разработки праздников, игровых программ и т.д.;
- дидактический материал (таблицы, иллюстрации, фотографии, рисунки, памятки,

Фонотека:

- Сборник «Джаз танец»;
- Сборник «Джаз-ремикс»;
- Сборник классической музыки «Rondo Veniciano»;
- Сборник «Классическая музыка» №1;
- Сборник «Классическая музыка» №2;
- Сборник детских песен;
- Сборник детских песен «Разноцветная семья»;
- Сборник Safri Duo;
- Сборник «Классика для малышей»;
- Сборник «Детская дискотека»;
- Сборник музыки народов мира;
- Сборник «Ритмика для малышей»;
- Сборник «Детские песенки».

Видеотека:

- Мастер-класс «Street-джаз», «Slowly-джаз» А.Назаретян, Екатеринбург 2005;
- Мастер-класс «Экспрессивная пластика», «Детский танец» Т. Брызгалова. Екатеринбург 2005;
- Мастер-класс «Детский танец» Н. Слободчикова г. Красноярск;
- Мастер-класс «Джаз-Модерн» Н.Каспарова. Санкт-Петербург.2003 г.
- Видео областного конкурса на приз газеты «Труд»-2010 г;
- Видео-урок «Историко-бытовой танец» в хореографическом училище Г. Новосибирск;
- Мастер-класс А.Уфимцева «Танец - игра для маленьких». Новосибирск- 2009 г;
- Мастер-класс А. Мишукова «Детский танец». Новосибирск-2008 г;
- Мастер-класс Е. Шевцов «Джаз-модерн». Москва -2009 г.

Список литературы

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии. / Т.К. Барышникова - Москва: Айрис-Пресс: Рольф, 1999. – 262 с. - ISBN 5-7836-0157-8. – Текст: непосредственный.
2. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей 3-7-ми лет. / А. И. Буренина. – 4-е изд., перераб. и доп. - Санкт-Петербург: Фонд "Петербургский центр творческой педагогики "Аничков мост", 2015. - 196 с. - ISBN 978-5-9901725-2-4. – Текст: непосредственный.
3. Богданов, Г. Ф. Урок русского народного танца. / Г.Ф. Богданов. – М., 1995.
4. Бекина, С. И. Музыка и движение: (Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет). Из опыта работы муз. руководителей дет. садов. / С.И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Н. Соковнина– Москва: Просвещение, 1984 – 288 с. - ISBN В пер. (В пер.): 65 к. – Текст: непосредственный.
5. Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. / Г.П. Гусев. – Москва: Гуманит. изд. Центр Владос, 2003. – 208 с. - ISBN 5-691-01180-4. - Текст: непосредственный.
6. Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца: Этюды. / Г.П. Гусев. - Москва: Владос, 2002. – 205 с.
7. Звёздочкин, В. А. Классический танец. / В.А. Звездочкин. - Ростов н/Д: Феникс, 2003. – 409 с. - ISBN 5-222-03629-4. - Текст: непосредственный.
8. Пуртова, Т. В. Учите детей танцевать. / Т.В. Пуртова, Беликова А. Н., Кветная О. В.– Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - 254 с. - ISBN 5-691-00814-5. - Текст: непосредственный.

Тематический план
Средняя группа
(занятия проводятся один раз в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	<u>Вводное занятие.</u>
2.	<u>Партерная гимнастика.</u> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шпагата; - упражнения для улучшения гибкости позвоночника; - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; - упражнения для исправления осанки; - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
3.	<u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> <ul style="list-style-type: none"> - игра «Найди своё место»; - простейшие построения: линия, колонка; - простейшие перестроения круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал; - различия правой левой руки, ноги, плеча; - повороты в право, в лево; - пространственное ощущение точек зала: «1, 3, 5, 7»; - движение по линии танца, против линии танца.
4.	<u>Упражнения для разминки.</u> <ul style="list-style-type: none"> - повороты головой на право, на лево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, на лево, круговые движения головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движение плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»; - повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; - вывороты плеч с одновременным полуприседанием; - движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх; - «Качели» (плавный перекаат с полу пальцев на пятки); - чередование шагов на полу пальцах и пяточках; - прыжки поочередно на правой и левой ноге; - простой бег (ноги забрасываются назад); - «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра); - «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра); - «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед); - прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без; - бег на месте и с продвижением вперед и назад.
5.	<u>Классический танец.</u> 1. Постановка корпуса. 2. Положение и движение рук: <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция;

	<p>-позиции рук (1,2,3);</p> <p>- постановка кисти;</p> <p>- отличие двух позиций классического танца от 2 позиции народного танца</p> <p>-раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению;</p> <p>3. положение и движение ног:</p> <p>-позиции ног (выворотные 1, 2, 3);</p> <p>- demi plie (по 1 позиции);</p> <p>- releve (по 6 позиции);</p> <p>- sotte (по 6 позиции);</p> <p>-легкий бег на полу пальцах;</p> <p>- танцевальный шаг;</p> <p>-танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции);</p> <p>- перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu);</p> <p>- реверанс для девочек, поклон для мальчиков.</p> <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
6.	<p><u>Народный танец.</u></p> <p>1. Положения и движения рук:</p> <p>- подготовка к началу движения (ладошка и талии);</p> <p>- хлопки в ладоши;</p> <p>- взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.);</p> <p>- положение «полочка» (руки перед грудью);</p> <p>- положение «лодочка».</p> <p>2. положение и движение ног:</p> <p>- позиция ног (1- 3 свободные, 6 –ая, 2- ая закрыта, прямая);</p> <p>-простой бытовой шаг;</p> <p>- «Пружинка» - маленькое тройное приседание (по 6 позиции);</p> <p>- «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса;</p> <p>- bettement tendu вперед, в сторону, на носок, с переводом на каблук в русском характере;</p> <p>- bettement tendu вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием;</p> <p>- притоп простой, двойной, тройной;</p> <p>- ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами;</p> <p>- простой приставной шаг на всей стопе и на полу пальцах по 1 прямой позиции;</p> <p>- простой приставной шаг с притопом;</p> <p>- поднимание и опускание ног согнутой в колонне, вперед (с фиксацией и без);</p> <p>- приставной шаг с приседанием;</p> <p>- приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения);</p> <p>- приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота;</p> <p>- приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения);</p> <p>- приставной шаг по парам, лицом друг к другу (положение рук «лодочка»);</p> <p>- «елочка»;</p> <p>- «ковырялочка»;</p> <p>- поклон в русском характере (без рук).</p> <p>3. Танцевальные комбинации.</p>
7.	<p>Танцевальные этюды, танцы.</p> <p>- сюжетный танец «Лото».</p>
8.	<p>Подготовка к итоговому контрольному занятию.</p>
9.	<p>Итоговое контрольное занятие.</p>

10.	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 32 часа	

Старшая группа
(занятия проводятся два раз в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей на начало года.
2.	<p><u>Классический танец:</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А. Я. Вагановой. <p>3. Положение и движение рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение рук из одного положение в другое. <p>4. Положение и движение ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиция ног (выворотные); - шаги на полу пальцах с продвижением вперёд и назад; - танцевальный шаг назад вы меженном темпе; - шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперёд на полу пальцах (вперёд, назад); - releve по 1,2, 3 позициям (муз. раз. 1/2, 1/4, 1/8); - demi plie по 1,2,3 поз.; - demi plie с одновременной работой рук; - сочетание полуприседания и подъема на полу пальцы; - sothe по 1,2,3 поз.; - sothe в повороте (по точкам зала). <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
3.	<p><u>Народный танец.</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Положение и движение рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение на поясе - кулачком; - смена ладошки на кулачок; <p>Переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. Танца);</p> <ul style="list-style-type: none"> - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»; - «приглашение». <p>3. Положение рук в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «лодочка» (поворот по руку); - «под ручки» (лицом друг к другу); - сзади за талию. <p>4. Движение ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг с каблучка на народном характере; - простой шаг с притопом; - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в страны (в заниженную 2 позицию); - bettement tendu вперёд и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с demi plie;

	<ul style="list-style-type: none"> - bettement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом; - притоп простой, двойной, тройной; - простой русский шаг назад через полу пальцы на всю стопу; - простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; - простой дробный ход (с работой рук и без); - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг к другу); - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками; - танцевальный шаг по парам. Тройками (положение рук сзади за талию); - прыжки с поджатыми ногами; - «шаркающий шаг»; - «елочка»; - «гармошка»; - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад; - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции. <p><u>(мальчики)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции); - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция). <p><u>(девочки)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями); - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»; - бег с сгибание ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка». <p>5. Упражнение на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диагональ; - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре; - «звёздочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка». <p>6. Танцевальные комбинации.</p>
4.	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. Постановка корпуса, головы, рук и ног.</p> <p>2. Движение ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги: бытовой, танцевальный; - поклон и реверанс; - боковой подъемный шаг (par alevé); - «боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); - «пике» (одинарный, двойной) в прыжке; - легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед. <p>3. Движение в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - (мальчик) присел на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика; - «боковой галоп» вправо, влево; - легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону. <p>4. Положение рук в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основная позиция; - «корзиночка». <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
5.	<p>Этюды:</p>

	- сюжетный танец «Мотылек»; - «Кадриль»; - «Вальс».
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 64 часа	

Подготовительная группа.
(занятия проводятся два раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей на начало года.
2.	<u>Классический танец:</u> 1. Повтор 2 года обучения. 2. Движение рук: - port de bras; 3. Движение рук: - demi – plie; - battement tendu; - passe; - relleve. 4. Танцевальные комбинации.
3.	<u>Народный танец:</u> 1. Повтор 2 года обучения. 2. Положение и движение рук: - переводы рук из одного положение в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки). 3. движение ног: - поклон в русском характере; - кадрильный шаг с каблука; - шаркающий шаг (каблуком, полу пальцами по полу); - пружинящий шаг; - хороводный шаг; - хороводный шаг с остановкой ноги сзади; - хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок; - переменный ход вперед, назад; - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук); - ковырялочка с подскоком; - боковые «припадание» по 3 паз.; - «припадание» в повороте; - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону; - поочерёдное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад); - подготовка к «веревочке»; - «веревочка»; - прыжок с поджатыми; (девочки):

	<ul style="list-style-type: none"> - вращение на полу пальцах; (мальчики) - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»); - присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу; - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук; - скользящий хлопок по бедру, по голени; - одинарный удары по внешние и внутренние стороны голени с продвижением вперед и назад; - «гусиный шаг». <p>4. Движение в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соскок на две ноги лицом друг к другу; - пружинящий шаг под ручку (в повороте). <p>5. Упражнение на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «воротца»; - «карусель». <p>6. Танцевальные комбинации.</p>
4.	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. Повтор 2 года обучения.</p> <p>2. Положение и движение ног:</p> <p>Полька:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг польки (по одному, по парам); - шаг польки в сочетании с подскоками; - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад); - прыжок из 6 по 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам). <p>Вальс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг вальса (по одному, по парам); - шаг balance (на месте, с продвижением вперед, назад). <p>Полонез:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг полонеза; - шаг полонеза в парах по кругу. <p>Чарльстон:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основное движение – «чарльстона»; - двойной чарльстон; - чередование одинарного и двойного чарльстона; - чарльстон с точкой вперед, назад, с продвижением вперед, назад, с поворотом; - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны. <p>Движение в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на полу пальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину; - легкий бег по парам на полу пальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта). <p>Танцевальная комбинация.</p>
5.	<p>Этюды:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Русская плясовая»; - «Полька»; - «Чарльстон».
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 64 часа	

СРЕДНЯЯ ГРУППА
(занятие 1 раз в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> Вводное занятие.	<u>Занятие 2.</u> Партерная гимнастика.	<u>Занятие 3.</u> Партерная гимнастика.	<u>Занятие 4.</u> Партерная гимнастика.
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 5.</u> Постановка корпуса. Упражнение на ориентировку в пространстве: - игра «Найди своё место»; - простейшие построения: линия, колонка.	<u>Занятие 6.</u> Упражнения для разминки: - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговые движение головы, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками. Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения: круг, сужения круга, расширения круга; - интервал.	<u>Занятие 7.</u> (н.т.) Положение и движение рук: - подготовка к началу движения (ладошки на талии). Положение и движение ног: - простой бытовой шаг вперед с каблука.	<u>Занятие 8.</u> Положение и движение ног: - 6 позиция. Упражнения для разминки: - «Качели» (покачивание с полу пальцев на пяточки); - шаги на полу пальцах и пяточках (чередование шагов). (к.т.) Положение движения ног: - легкий бег на полу пальцах.
Н О Я Б	<u>Занятие 9.</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: - различие правой и левой руки, ноги, плеча; - повороты вправо, влево.	<u>Занятие 10.</u> (н.т.) Положения и движения ног: - «Пружинка» - маленькое тройное приседание;	<u>Занятие 11.</u> Упражнения для разминки: - «Цапелъка» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким	<u>Занятие 12.</u> Упражнения для разминки: - «ножницы» - легкий бег с поочерёдным выбросом прямых ног вверх;

Р Б	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве: - движения по линии танца, против линии танца.</p>	<p>- «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса. Упражнения для разминки: - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.</p>	<p>подниманием бедра.</p>	<p>- прыжки поочередно на правой и левой ноге. Упражнения на ориентировку в пространстве: Пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7). (к.т.) Положения и движения ног: - sote (бпозиция).</p>
Д Е К А Б Р Ь	<p>Занятие 13. (к.т.) Положения и движения ног: - позиция ног (выворотные 1,2,3).</p>	<p>Занятие 14. (н.т.) Положения и движения ног: - позиция ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая).</p>	<p>Занятие 15. Упражнения для разминки: - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны. (к.т.) Положения и движения рук: - постановка кисти; подготовительная позиция; - раскрытие и закрытие рук, подготовка к началу движения.</p>	<p>Занятие 16. (к.т.) Положения и движения рук: - позиция рук (1-3); - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.</p>
Я Н В А Р Ь	<p>Занятие 17. (к.т.) Положения и движения рук: - раскрытие и закрытие рук. Положения и движения ног: - relleve по 6 позиции подряд на каждый сет муз. такта и с фиксацией наверху.</p>	<p>Занятие 18. Положения и движения ног: - demi – plie (1 поз.) (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu вперед, сторону на носок с переводом на каблук в русском характере.</p>	<p>Занятие 19. (н.т.) Положение и движение ног: - battement tendu на носок с переводом на каблук и одновременным приседанием. Положения и движения рук: - хлопки в ладоши.</p>	<p>Занятие 20. (н.т.) Положения и движения ног: - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.</p>
	<p>Занятие 21. (к.т.) Положения и движения рук:</p>	<p>Занятие 22. (н.т.) Положения и движения рук:</p>	<p>Занятие 23. (н.т.) Положения и движения ног:</p>	<p>Занятие 24. (н.т.) Положения и движения рук:</p>

Ф Е В Р А Л Б	<p>- основная позиция (внутренние руки партнёров вытянуты вперед).</p> <p>Положения и движения ног:</p> <p>- танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции).</p>	<p>- взмахи платочком (девочки); - взмахи кистью (мальчики).</p> <p>Положения и движения ног:</p> <p>- простой приставной шаг на всей стопе и на полу пальцах по 1 прямой позиции.</p>	<p>- простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.</p>	<p>- «Полочка» (руки согнуты в локтях, перед грудью). Положения и движения ног: - поднимание и опускание ноги, согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).</p>
М А Р Т	<p><u>Занятие 25.</u> <u>(н.т.)</u> Положения и движения ног:</p> <p>- приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.</p>	<p><u>Занятие 26.</u> <u>(н.т.)</u> Положения и движения ног:</p> <p>- приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставной шага, по парам, лицом друг к другу. Положение и движения рук:</p> <p>- «Лодочка» (положение рук в паре).</p>	<p><u>Занятие 27.</u> <u>(н.т.)</u> Положения и движения ног:</p> <p>- «Ковырялочка»; - «Ковырялочк» (с притопом).</p>	<p><u>Занятие 28.</u> <u>(н.т.)</u> Положения и движения ног:</p> <p>- «Елочка»; - поклон в русском характере (без рук).</p>
А П Р Е Л Б	<p><u>Занятие 29</u> Положения и движения ног:</p> <p>- перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков.</p>	<p><u>Занятие 30.</u> Танцевальные этюды:</p> <p>- сюжетный танец «Лето».</p>	<p><u>Занятие 31.</u> Танцевальные этюды:</p> <p>- сюжетный танец «Лето».</p>	<p><u>Занятие 32.</u> Танцевальные этюды:</p> <p>- сюжетный танец «Лето».</p>
М А Й	<p><u>Занятие 33.</u> <u>Танцевальные этюды:</u></p> <p>- сюжетный танец «Лето».</p>	<p><u>Занятие 34.</u> <u>Подготовка к контрольному итоговому занятию.</u></p>	<p><u>Занятие 35.</u> <u>Итоговое контрольное занятие.</u></p>	<p><u>Занятие 36.</u> <u>Диагностика уровня музыкально - двигательных способностей детей.</u></p>

СТАРШАЯ ГРУППА
(занятие 2 раз в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<p><u>Занятие 1.</u> Диагностика уровня музыкально - двигательных способностей детей на начало года.</p> <p><u>Занятие 2.</u> Повторение 1 года обучения. Упражнения на ориентировку в пространстве.</p>	<p><u>Занятие 3.</u> (к.т.) Повторение 1 года обучения. Положения и движения ног.</p> <p><u>Занятие 4.</u> (к.т.) Повторение 1 года обучения. Положения и движения рук.</p>	<p><u>Занятие 5.</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.</p> <p><u>Занятие 6.</u> (к.т.) Положения и движения ног: - позиция ног (выворотные); - relieve по 1,2,3 позициями.</p>	<p><u>Занятие 7.</u> (к.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - квадрат А.Я. Вагановой; Положения и движения ног: - sothe по 1.2,6 позиции по точкам зала.</p> <p><u>Занятие 8.</u> (к.т.) Положения и движения ног: - sothe в повороте (по точкам зала).</p>
О К Т Я Б Р Ь	<p><u>Занятие 9.</u> (к.т.) Положения и движения ног: - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полу пальцы.</p> <p><u>Занятие 10.</u> (к.т.) Положения и движения ног: - шаги на полу пальцах с продвижением вперед и назад - танцевальный шаг назад в медленном темпе.</p>	<p><u>Занятие 11.</u> (к.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - свободное размещение по залу, пары, тройки.</p> <p>Положения и движения ног: - шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полу пальцах.</p> <p><u>Занятие 12.</u> (к.т.) Положения и движения ног: - demi – plie с одновременной работой рук.</p>	<p><u>Занятие 13.</u> (к.т.) Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</p> <p><u>Занятие 14.</u> (к.т.) Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</p>	<p><u>Занятие 15.</u> (к.т.) Сюжетный танец «Мотылек».</p> <p><u>Занятие 16.</u> (к.т.) Сюжетный танец «Мотылек».</p>
Н О	<p><u>Занятие 17.</u> (н.т.) Повторение 1 года обучения. Положения и движения ног.</p> <p><u>Занятие 18.</u></p>	<p><u>Занятие 19</u> (н.т.) Повторение 1 года обучения. Положения и движения ног.</p> <p><u>Занятие 20.</u></p>	<p><u>Занятие 21.</u> (н.т.) Движения ног: - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом.</p>	<p><u>Занятие 23.</u> (н.т.) Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в</p>

<p>Я Б Р Б</p>	<p>(н.т.) Повторение 1 года обучения. Положения и движения рук.</p>	<p>(н.т.) Положения и движения рук: - положения рук на поясе – кулачком; - смена ладочки на кулачок.</p>	<p>Занятие 22. (н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).</p>	<p>конце музыкального танца). Занятие 24. (н.т.) Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременно открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).</p>
<p>Д Е К А Б Р Б</p>	<p>Занятие 25. (н.т.) Движение ног: - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi – plié. Занятие 26. (н.т.) Движение ног: - притоп простой, двойной, тройной; - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с притопом.</p>	<p>Занятие 27. (н.т.) Положения и движения рук: - «приглашение» Движения ног: - простой русский шаг назад через полу пальцы на всю стопу. Занятие 28. (н.т.) Положения и движения рук: - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка».</p>	<p>Занятие 29. (н.т.) Положения рук в паре: - «лодочка» (поворот под руку). Занятие 30. (н.т.) Движения ног: Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад.</p>	<p>Занятие 31. (н.т.) Движения ног: - простой дробный ход (с работой рук и без). Занятие 32. (н.т.) Положения рук в паре: - «под ручки» (лицом вперед). Движения ног: - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).</p>
<p>Я Н В А Р Б</p>	<p>Занятие 33. (н.т.) Положения рук в паре: - «под ручки» (лицом друг к другу). Движения ног: - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками.</p>	<p>Занятие 35. (н.т.) Положения рук в паре: - сзади за талию (по парам, тройкам). Движения ног: - танцевальный шаг по парам, тройкам (положения рук сзади за талию). Занятие 36. (н.т.)</p>	<p>Занятие 37. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «змейка»; - «ручеек». Занятие 38. (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</p>	<p>Занятие 39. (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца. Занятие 40. (н.т.) Движения ног: - прыжки с поджатыми ногами.</p>

	<p><u>Занятие 34.</u> <u>(н.т.)</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.</p>	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве: - диагональ.</p>		
Ф Е В Р А Л Б	<p><u>Занятие 41.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: «шаркающий шаг».</p> <p><u>Занятие 42.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - «елочка»; <u>(мальчики):</u> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).</p>	<p><u>Занятие 43.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - «гармошка»; <u>(девочки):</u> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).</p> <p><u>Занятие 44.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; <u>(девочки):</u> - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».</p>	<p><u>Занятие 45.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад.</p> <p><u>Занятие 46.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: <u>(мальчики):</u> - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); <u>(девочки):</u> - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».</p>	<p><u>Занятие 47.</u> <u>(н.т.)</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: - «звездочка».</p> <p><u>Занятие 48.</u> <u>(н.т.)</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: - «корзиночка».</p>
М А Р Т	<p><u>Занятие 49</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции.</p> <p><u>Занятие 50</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.</p>	<p><u>Занятие 51.</u> <u>(н.т.)</u> Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</p> <p><u>Занятие 52</u> <u>(н.т.)</u> Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</p>	<p><u>Занятие 53.</u> <u>(н.т.)</u> «Кадриль».</p> <p><u>Занятие 54.</u> <u>(н.т.)</u> «Кадриль».</p>	<p><u>Занятие 55.</u> <u>(б.т.)</u> Постановка корпуса, головы, рук и ног. Движения ног: - шаги: бытовой и танцевальный.</p> <p><u>Занятие 56.</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: - поклон, реверанс.</p>
	<p><u>Занятие 57</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: - «боковой галоп» простой (по кругу).</p>	<p><u>Занятие 59.</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: - «пике» (одинарный) в прыжке.</p>	<p><u>Занятие 61.</u> <u>(б.т.)</u> Положения рук в паре: - основная позиция.</p>	<p><u>Занятие 63.</u> <u>(б.т.)</u> Движения в паре: - «боковой галоп» вправо, влево.</p>

<p>А П Р Е Л Ь</p>	<p><u>Занятие 58.</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: - «боковой галоп» с притопом (по линиям).</p>	<p><u>Занятие 60.</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: - «пике» (двойной) в прыжке.</p>	<p>Движения ног: - легкий бег на полу пальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед. <u>Занятие 62.</u> <u>(б.т.)</u> Движения в паре: - (мальчики) приседание на одно колено, (девочки) легкий бег вокруг мальчика.</p>	<p><u>Занятие 64.</u> <u>(б.т.)</u> Движения в паре: - легкое покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам.</p>
<p>М А Й</p>	<p><u>Занятие 65.</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: - боковой подъёмный шаг. <u>Занятие 66.</u> <u>(б.т.)</u> Положения рук в паре: - «корзиночка».</p>	<p><u>Занятие 67.</u> <u>(б.т.)</u> Танцевальная комбинация, построения на элементах бального танца. <u>Занятие 63.</u> <u>(б.т.)</u> Танцевальная комбинация, построения на элементах бального танца.</p>	<p><u>Занятие 69.</u> <u>(б.т.)</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию. <u>Занятие 70.</u> <u>(б.т.)</u> <u>Итоговое контрольное занятие.</u></p>	<p><u>Занятие 71.</u> <u>(б.т.)</u> Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей. <u>Занятие 72.</u> <u>(б.т.)</u> Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей.</p>

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА
(занятие 2 раза в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>С Е Н Т Я Б Р Ь</p>	<p><u>Занятие 1.</u> Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей на чело года. <u>Занятие 2.</u> Повторения 2 года обучения. Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук).</p>	<p><u>Занятие 3.</u> Повторение 2 года обучения. Классический танец (положения и движения ног). <u>Занятие 4.</u> <u>(к.т.)</u> Движения рук: - port de bras.</p>	<p><u>Занятие 5.</u> <u>(к.т.)</u> Движения ног: - relieve. <u>Занятие 6.</u> Движения ног: - demi – plie.</p>	<p><u>Занятие 7.</u> <u>(к.т.)</u> Движения ног: - battement tendu. <u>Занятие 8.</u> <u>(к.т.)</u> Движения ног: - passe.</p>
	<p><u>Занятие 9.</u> <u>(к.т.)</u></p>	<p><u>Занятие 11.</u> Повторения 2 года обучения.</p>	<p><u>Занятие 13.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног:</p>	<p><u>Занятие 15.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног:</p>

<p>О К Т Я Б Р Ь</p>	<p>Повторения 2 года обучения. Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре). <u>Занятие 10.</u> (к.т.) Повторения 2 года обучения. Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).</p>	<p>Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве). <u>Занятие 12.</u> (н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое.</p>	<p>- поклон в русском характере. <u>Занятие 14.</u> (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг.</p>	<p>- хороводный шаг с остановкой ноги сзади. <u>Занятие 16.</u> (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.</p>
<p>Н О Я Б Р Ь</p>	<p><u>Занятие 17.</u> (н.т.) Движения ног: - переменный ход вперед, назад. <u>Занятие 18.</u> (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок в ладоши – «тарелочки»; (девочки): - взмахи платочком.</p>	<p><u>Занятие 19</u> (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца»; - «карусель». <u>Занятие 20.</u> (н.т.) Движения ног: - боковые «приподания» по 3 позициям.</p>	<p><u>Занятие 21.</u> (н.т.) Движения ног: - «пропадания» в повороте. <u>Занятие 22.</u> (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок по бедру, по голени.</p>	<p><u>Занятие 23.</u> (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная). <u>Занятие 24.</u> (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</p>
<p>Д Е К А Б Р Ь</p>	<p><u>Занятие 25.</u> (н.т.) Движения ног: - кадрилиный шаг с каблука. <u>Занятие 26.</u> (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (каблуком по полу).</p>	<p><u>Занятие 27.</u> (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (полу пальцами по полу). <u>Занятие 28.</u> (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг.</p>	<p><u>Занятие 29.</u> (н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук). <u>Занятие 30.</u> (н.т.) Движения ног: «ковырялочка» с подскоком.</p>	<p><u>Занятие 31.</u> (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте. <u>Занятие 32.</u> (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.</p>
<p>Я Н В А Р</p>	<p><u>Занятие 33.</u> (н.т.) Движения ног: - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на</p>	<p><u>Занятие 35.</u> (н.т.) Движения ног: - подготовка к «верёвочке» <u>Занятие 36.</u> (н.т.)</p>	<p><u>Занятие 37.</u> (н.т.) Движения ног: - прыжок с поджатыми; (мальчики):</p>	<p><u>Занятие 39.</u> (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку по кругу; (мальчики):</p>

Б	<p>носок или ребро каблука на месте. <u>Занятие 34.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.</p>	<p>Движения ног: «верёвочка».</p>	<p>- присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком). <u>Занятие 38.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»)). Движения в паре: - соскок на две ноги лицом друг к другу.</p>	<p>- присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу. <u>Занятие 40.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: - пружинящий шаг под ручку в повороте; (мальчики) - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперёд на всю стопу или каблук.</p>
Ф Е В Р А Л Б	<p><u>Занятие 41.</u> <u>(н.т.)</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца». Движения ног: <u>(мальчики):</u> - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад. <u>Занятие 42.</u> <u>(н.т.)</u> Движения ног: <u>(девочки):</u> - вращение на полу пальцах; <u>(мальчики):</u> - «гусиный шаг».</p>	<p><u>Занятие 43.</u> <u>(н.т.)</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: - «карусель» Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая). <u>Занятие 44.</u> <u>(н.т.)</u> Танцевальная композиция, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</p>	<p><u>Занятие 45.</u> <u>(н.т.)</u> «Русская плясовая». <u>Занятие 46.</u> <u>(н.т.)</u> «Русская плясовая».</p>	<p><u>Занятие 47.</u> Повтор 2 года обучения. Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре). <u>Занятие 48.</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: Полька: - раг польки (по одному); - раг польки (по парм).</p>
М А Р Т	<p><u>Занятие 49</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: Полька: - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте. <u>Занятие 50</u> <u>(б.т.)</u> - раг польки в сочетании с «подскоками».</p>	<p><u>Занятие 51.</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: Полька: - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад). <u>Занятие 52</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: Полька:</p>	<p><u>Занятие 53.</u> <u>(б.т.)</u> Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»). <u>Занятие 54.</u> <u>(б.т.)</u> Танцевальная комбинация, основанная на движениях</p>	<p><u>Занятие 55.</u> Движения ног: Вальс: - раг вальса (по одному, по парам). <u>Занятие 56.</u> <u>(б.т.)</u> Движения ног: Вальс: - par balance (на месте, с продвижением вперед, назад).</p>

		- прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.	бального танца («Полька»).	
А П Р Е Л Ь	<p><u>Занятие 57</u> (б.т.) Движения в паре: - легкий бег на полу пальцах по парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину); - легкий бег по парам на полу пальцах по кругу (девочка выполняет поворот под руку на сильную долю такта).</p> <p><u>Занятие 58.</u> (б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»).</p>	<p><u>Занятие 59.</u> (б.т.) Движения ног: Полонеза: - раг полонеза; - рагполонеза (в парах, по кругу).</p> <p><u>Занятие 60.</u> (б.т.) Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонеза»).</p>	<p><u>Занятие 61.</u> (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - основное движение «Чарльстона».</p> <p><u>Занятие 62.</u> (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - двойной чарльстон.</p>	<p><u>Занятие 63.</u> (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - чередование двойного и одинарного чарльстона.</p> <p><u>Занятие 64.</u> (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - чарльстон с точкой вперед, назад.</p>
М А Й	<p><u>Занятие 65.</u> (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - чарльстон с продвижением вперед, назад и с поворотом.</p> <p><u>Занятие 66.</u> (б.т.) Движения ног: Чарльстон: - пружинящий шаг с открыванием рук в страны.</p>	<p><u>Занятие 67.</u> «Чарльстон».</p> <p><u>Занятие 63.</u> «Чарльстон».</p>	<p><u>Занятие 69.</u> <u>Подготовка к контрольному итоговому занятию.</u></p> <p><u>Занятие 70.</u> <u>Итоговое контрольное занятие.</u></p>	<p><u>Занятие 71.</u> <u>Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей.</u></p> <p><u>Занятие 72.</u> <u>Диагностика уровня музыкально – двигательных способностей детей.</u></p>

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка (автор А.И. Буренина)

Критерии	Показатели	Система оценки	
		4-й год жизни	7-й год жизни
Музыкальность	Способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения — без показа педагога).	5 баллов — умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки; 4-2 балла — в движениях выражает общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда; 0-1 балл — движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.	5 баллов — движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами; 4-2 балла — передают только общий характер, темп и метроритм; 0-1 балл — движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.
Эмоциональность	Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.	Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-5).	
Творческие проявления	Умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные "па".	Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка.	
Внимание	Способность не отвлекаться от музыки и процесса движения.	5 баллов - ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно. от 4-х до 2-х баллов – выполняет ритмическую композицию с некоторыми подсказками. 0-1 балл – испытывает большие затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.	
Память	Способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции	5 баллов (высокий уровень развития памяти) - ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу. 2-0 баллов – неспособность ребенка запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз).	

	вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений.			
Подвижность (лабильность) нервных процессов	<p>Проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки.</p> <p>Норма, эталон — это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д.</p> <p>Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность.</p> <p>Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.</p>	Оценки выставляются следующим образом: Н — норма (5 баллов); В (возбудимость), З (заторможенность) — от 1 до 4 баллов (В-1, В-2, З-1, З-2 и т.д. — в зависимости от степени выраженности данного качества).		
Координация, ловкость движений	Точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений).	4-й год жизни	5-6-й год жизни	7-й год жизни
		Правильное и точное исполнение ритмических композиций 1-го уровня сложности.	Правильное и точное исполнение ритмических композиций 2-го уровня сложности	Правильное и точное исполнение ритмических композиций 2-го и 3-го уровня сложности
Гибкость, пластичность	Мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения ("рыбка", "полушпагат" и др.)	Оценивается от 1 до 5 баллов.		

