

Общество с ограниченной ответственностью «Студия развития «Эго»
ООО «Студия развития «Эго»

ПРИНЯТО
педагогическим советом
30 августа 2024 года

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Студия развития «Эго»
Чесалова Е.П.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ПАЛИТРА»

Возраст детей: 3 – 7 лет

Продолжительность: 213 занятий

Срок реализации: 2024 – 2027 гг.

Форма обучения - очная

Автор программы:

Паничева Светлана Владимировна – педагог дополнительного образования
ООО «Студия развития «Эго».

г. Вологда
2024 год

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
1.1. Направленность программы.....	3
1.2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность программы.....	3
1.3. Цель и задачи программы	4
1.4. Отличительные особенности программы.....	4
1.5. Возраст детей, участвующих в реализации данной программы.....	5
1.6. Сроки реализации программы.....	6
1.7. Формы и режим занятий.....	6
1.8. Ожидаемые результаты	7
1.9. Формы подведения итогов реализации программы.....	8
2. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	8
3. Учебно-тематический план программы.....	8
4. Перспективно-тематическое планирование занятий.....	9
5. Календарный учебный график	17
6. Содержание программы	32
7. Методическое обеспечение программы	34
8. Список литературы.....	38

Автор программы: Паничева Светлана Владимировна – педагог дополнительного образования ООО «Студия развития «Эго».

1. Пояснительная записка

1.1. Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная палитра», имеет **художественно-эстетическую направленность**, ориентирована на создание условий для личностного и интеллектуального развития детей дошкольного возраста посредством обучения элементам танцевального искусства и направлена на создание условий для развития у дошкольников художественно-эстетического вкуса, хореографических способностей и склонностей к различным видам искусства.

1.2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность программы

Педагогическая целесообразность программы

Педагогическая целесообразность реализации данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обусловлена, прежде всего, тем, что танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей дошкольника. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Танцевально-ритмические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус детей.

В танце находит выражение жизнелюбие и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности. Танец развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание танцевально-ритмических занятий создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения. Танцевально-ритмические занятия приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Актуальность программы

Актуальность реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальная палитра» обусловлена тем, что в

настоящее время со стороны детей дошкольного возраста и их родителей постоянно растет спрос на образовательные услуги в области танцевального искусства.

Кроме развивающего и воспитывающего эффекта в «век гиподинамии» занятия искусством танца являются дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к школе.

Новизна программы

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальная палитра» основана на использовании нетрадиционных видов упражнений: игропластики, пальчиковой гимнастики, игрового самомассажа, музыкально-подвижных и музыкально-творческих игр.

1.3. Цель и задачи программы

Основная **цель** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальная палитра» – формирование социально значимых качеств, свойств личности и создание условий для развития творческих способностей у детей дошкольного возраста посредством обучения искусству танца.

Задачи:

- привить детям любовь к танцу; научить полноценно воспринимать произведения танцевального искусства;
- формировать систему знаний, умений и навыков по основам танцевального искусства;
- воспитывать и развивать эстетически-художественный вкус и уважение к хореографическому искусству;
- развивать чувство ритма; эмоциональную отзывчивость на музыку; танцевальную выразительность; артистические способности;
- развивать координацию движения; ориентировку в пространстве; гибкость, пластику, общую физическую выносливость;
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни;
- воспитывать доброжелательность, толерантность по отношению к окружающим.

1.4. Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является использование на занятиях с целью повышения функциональных и адаптационных возможностей организма ребенка различных видов деятельности: ритмики и элементов музыкальной грамоты, танцевальной азбуки и элементов художественной гимнастики, танцевальных этюдов, игр и танцев, партерной гимнастики.

Используются разновидности бега и прыжков, танцевально-беговые серии, подвижные игры, применяется поточный способ выполнения упражнений комплекса ритмических движений. От 50 до 70% времени занятий отводится выразительности и пластики движений и жестов в танцах.

С целью профилактики различных нарушений осанки, широко используются упражнения, способствующие укреплению мышц, участвующих в удержании

позвоночника в положении правильной осанки, выполняемые из исходных положений лежа, сидя, стоя в упоре на коленях и т. д., упражнения корригирующего характера.

Применяются упражнения, направленные на снятие мышечного и психологического торможения.

Основная задача первого года обучения – научить детей определенным практическим навыкам в области танцевального искусства и развить эстетический вкус.

Основная задача второго и третьего лет обучения – научить детей самостоятельно ориентироваться в пространстве и разводить танцевальный рисунок, выполнять новые танцевальные движения.

1.5. Возраст детей, участвующих в реализации данной программы

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.

Возрастные особенности детей 3 – 4 лет

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

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

Возрастные особенности детей 5 – 6 лет

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

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

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

Возрастные особенности детей 6 – 7 лет

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы

способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Для подбора упражнений соответствующие темпу музыки предлагаются следующие критерии:

- Быстрый бег – 160 акцентов в минуту;
- Подскоки, галоп – 120-150 акцентов в минуту;
- Маховые движения – 80-90 акцентов в минуту;
- Наклоны – 70 акцентов в минуту;
- Повороты, наклоны головы, растягивания – 40-60 акцентов в минуту.

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

1.6. Сроки реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественно-эстетической направленности «Танцевальная палитра» рассчитана на три учебных года.

Продолжительность обучения 213 занятий (ежегодная продолжительность – 71 занятие).

1.7. Формы и режим занятий

Форма обучения – очная.

Режим занятий

Продолжительность занятий оставляет:

- для детей первого года обучения (возраст 3 - 4 года) - 20 минут;

- для детей второго года обучения (возраст 5 - 6 лет) – 25 минут,

- для детей третьего года обучения (возраст 6 - 7 лет) - 30 минут, что является

оптимальным временем для занятий с детьми данного возраста и не превышает допустимого объема, установленного СанПиН 2.4.1.3049-13.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, что обеспечивает необходимую регулярность.

Основные формы обучения:

групповая и индивидуальная.

Виды занятий:

обучающее; тренировочное; контрольное; разминочное; показательное.

1.8. Ожидаемые результаты

К концу первого года обучения дети должны:

знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики;

К концу второго года обучения дети должны:

знать:

- начало и конец музыкального вступления.
- названия новых танцевальных элементов и движений.
- правила исполнения движений в паре.

уметь:

- откликаться на динамические оттенки в музыке,
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- реагировать на музыкальное вступление;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- давать характеристику музыкальному произведению;
- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.

К концу третьего года обучения дети должны:

знать:

- основные пройденные хореографические понятия: шаг польки, позиции ног (I,II,III) и правила исполнения того или иного движения;
- владеть координацией при выполнении движений, на рефлекторном уровне чувством подтянутого колена и стопы, чувствовать смену ритма и менять движения в соответствии с ним;
- термины, определяющие характер музыки (темп, ритм);
- термины, связанные с различными перестроениями (лицом к центру, в колонну, линию, шеренгу и т.д.);

уметь:

- организовать себя на занятии, иметь элементарные навыки самоорганизации поведения на занятии;
- начать и закончить движение вместе с началом и окончанием музыкальной фразы;

- изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения;
- свободно работать с предметами по одному и в парах;
- перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения;
- выразительно исполнять танцевальное движение по музыку;
- свободно передавать смешанные фигурные маршировки по одному и в парах;
- выполнять синхронно и последовательно смешанные ритмические рисунки;
- придумывать свои простейшие движения с предметом и без, по одному и в парах;
- точно и правильно исполнять движения в танцевальных композициях;
- участвовать в массовых парных, народных и современных танцах.

1.9. Формы подведения итогов реализации программы

Спектр способов и форм <i>выявления</i> результатов	Спектр способов и форм <i>фиксации</i> результатов	Спектр способов и форм <i>предъявления</i> результатов
Беседа, опрос, наблюдение на репетициях, праздничные мероприятия, концерты, конкурсы, открытые мероприятия	Грамоты	Праздники, концерты, открытые мероприятия

2. Организационно-педагогические условия реализации программы

Требования к педагогическим работникам

К реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальная палитра» привлекается преподаватель с высшим или средним профессиональным образованием в области, соответствующей направленности данной программы, или преподаватель, имеющий практический опыт работы, соответствующий направленности данной программы, не менее двух лет.

Материально-технические условия реализации программы

Занятия по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцевальная палитра» проводятся в музыкальном или физкультурном зале.

Для проведения занятий используется следующее оборудование:

1. CD – диски, USB-носители.
2. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
3. Резиновые мячи среднего размера.
4. Коврики.
5. Костюмы для концертной деятельности.

3. Учебно-тематический план программы

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		1-й год обучения	2-й год обучения	3-й год обучения
1	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	18	18	18
2	Партерная гимнастика.	20	21	18
3	Танцевальные этюды, игры, танцы.	31	30	33
4	Открытое занятие	2	2	2
	Итого	71	71	71

**4. Перспективно-тематическое планирование занятий
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Танцевальная палитра»**

Первый год обучения

№ п/п	Задачи занятия	Содержание занятия
1-3	Вводные игры на приветствие, знакомство, освоение пространства. Формировать умения: - определять середину зала; - ходить всей группой в прямом направлении за воспитателем (ходьба – бодрая, спокойная).	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы. Партерная гимнастика
4-6	Формировать умения: – ходить на полупальцах, на носках; - ходить топающим шагом, вперед и назад спиной. - ходить с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы. Партерная гимнастика
7-9	Формировать умения: - бегать: бег легкий, ритмичный, передающий различные образы; шуршащий; бег мелкими шагами. - выполнять прыжковые движения на двух ногах, на месте, с продвижением вперед; прямой галоп; подскоки.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика
10-12	Формировать умения: – собирать круг; – ходить и бегать по кругу в заданном направлении на определенный ритм.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.
13-15	Формировать умения: – ходить и бегать по кругу (бег легкий, ритмический, передающий различные образы («бабочка», «птички», «ручеек»); – сохранять устойчивое равновесие по ограниченной площади.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
16-18	Формировать умения: – во время движений останавливаться на сигнал педагога; - делать ритмические хлопки и шаги в кругу под музыку.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
19-21	Формировать умения: – выполнять имитационные движения с эмоциями в кругу; - становиться в пары держась за руки	Танцевальные этюды, игры, танцы. Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений
22-24	Развивать умение танцевать под музыку по кругу. Формирование умения выполнять прыжки на месте	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы. Открытое занятие
25-27	Упражнять в медленной и быстрой ходьбе; беге. Формировать умения:	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика

	<ul style="list-style-type: none"> – сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках. 	Танцевальные этюды, игры, танцы.
28- 30	<p>Упражнять в беге по кругу (легкий, ритмический, передающий различные образы). Формировать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – становится в колонну друг за другом. 	<p>Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика</p>
31-33	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе колонной по подгруппам; - в беге по кругу (легкий, ритмический, передающий различные образы). 	<p>Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений</p>
34-36	<p>Закреплять умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - слушать музыку; -перестраиваться в круг; - строиться из круга в колонну. 	<p>Партерная гимнастика Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.</p>
37-39	<p>Закреплять умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать врассыпную и в кругу, используя основные виды движений (ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, с высоким подниманием колена). <p>Формировать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - делать разминку для развития пружинности. 	<p>Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика</p>
40- 42	<p>Развивать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать по кругу в парах; – выполнять прыжковые движения по кругу - «прямой галоп». 	<p>Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.</p>
43- 45	<p>Закреплять умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – бегать на полупальцах по кругу под музыку; – исполнять подскоки по кругу и в парах, выдерживая ритм. 	<p>Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.</p>
46- 47	<p>Развивать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – становиться и кружиться парами по кругу; – становиться в колонну по одному сохраняя линии; - выполнять ритмические хлопки и шаги в кругу под музыку. 	<p>Танцевальные этюды, игры, танцы. Партерная гимнастика</p>
48-49	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> –в перестроении и ходьбе парами. 	<p>Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.</p>
50-51	<p>Развивать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – бегать в кругу, используя основные виды движений (ходьба - бодрая, спокойная, бег на полупальцах, на носках, шаг - топающий, с высоким подниманием колена). 	<p>Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика</p>
52-53	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе парами и беге врассыпную. <p>Закреплять умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевать под знакомую музыку в кругу; 	<p>Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.</p>

	- становиться в колонну по одному сохраняя линии.	
54-55	Формировать умение в колонне исполнять «Змейку». Упражнять: -«шуршащему» бегу, на высоких полупальцах по кругу в заданном направлении. Формировать правильную осанку при ходьбе и беге.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.
56-57	Продолжать работу над развитием навыков ориентировки в пространстве - развивать умения выполнять простейшие перестроения: - по кругу; - парами; - лицом друг к другу; - спиной и враспынную.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика
58-59	Развивать эмоциональную сферу детей посредством создания радостной атмосферы на занятиях средствами коммуникативных музыкальных игр, веселых плясок.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы
60-61	Упражнять: – в ходьбе переменным шагом; –в освоении топающим шагом. Закреплять: -умение начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
62-63	Закреплять: - формирование навыков легкого бега, прыжков на двух ногах, мягкой пружинки.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.
64-65	Упражнять: – в ходьбе и беге по кругу; - в перестроении в колонны и пары друг за другом; -повторение знакомых танцевальных движений.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика
66-67	Развивать умения выполнять простейшие танцевальные движения: - кружения в парах, - поочередное выставление ног на каблук.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Партерная гимнастика
68-69	Закреплять: - умение начинать и заканчивать движения с музыкой; навыки легкого бега, топающего шага, прыжков на двух ногах.	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
70-71	Открытые занятия	Показ танцевальных номеров

Второй год обучения

№ п/п	Задачи занятия	Содержание занятия
1-3	Вводные игры на приветствие, знакомство, освоение пространства. Учить: - определять середину зала; - ходить всей группой в прямом направлении за воспитателем; -ходьба –бодрая, спокойная.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика
4-6	Формировать умения: – ходить на полупальцах на носках;	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы

	<ul style="list-style-type: none"> - ходить топающим шагом, вперед и назад спиной. - ходить с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках. 	танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
7-9	<p>Формировать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бегать: бег легкий, ритмичный, передающий различные образы; шуршащий бег мелкими шагами. - прыжковые движения на двух ногах, на месте, с продвижением вперед; - прямой галоп; - подскоки. 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
10-12	<p>Формировать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – собирать круг; – ходить и бегать по кругу в заданном направлении на определенный ритм. 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы.
13-15	<p>Формировать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать по кругу (легкий, ритмический, передающий различные образы («бабочка», «птички», «ручеек»); – сохранять устойчивое равновесие по ограниченной площади. 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
16-18	<p>Формировать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – во время движений останавливаться на сигнал педагога; - ритмические хлопки и шаги в кругу под музыку. 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
19-21	<p>Формировать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять имитационные движения с эмоциями в кругу; -становиться в пары держась за руки 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы.
22-24	<p>Закреплять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение танцевать под музыку по кругу; - разучивание прыжков на месте 	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы
25-27	<p>Упражнять в медленной и быстрой ходьбе; беге.</p> <p>Развивать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках. 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
28- 30	<p>Упражнять бегать по кругу (легкий, ритмический, передающий различные образы).</p> <p>Развивать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – становиться в колонну друг за другом. 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
31-33	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе колонной по подгруппам; – повторение изученной игры. 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
34-36	<p>Закреплять: умение слушать музыку.</p> <ul style="list-style-type: none"> -перестраиваться в круг 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы

	- строиться из круга в колонну.	танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы.
37-39	Упражнять: – ходить и бегать врассыпную и в кругу, используя основные виды движений (ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, с высоким подниманием колена. Формировать умение выполнять разминку для развития пружинности.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
40- 42	Упражнять – ходить и бегать по кругу в парах; – прыжковые движения по кругу- «прямой галоп».	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
43- 45	Упражнять: – бегать на полупальцах по кругу под музыку; – исполнять подскоки по кругу и в парах. выдерживая ритм;	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
46- 47	Упражнять: – становиться и кружиться парами по кругу; – становиться в колонну по одному сохраняя линии; - повторение ритмические хлопки и шаги в кругу под музыку.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы.
48-49	Упражнять: – становиться и кружиться парами по кругу; – становиться в колонну по одному сохраняя линии; – с перестроением и ходьбой парами.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.
50-51	Упражнять: – бегать в кругу, используя основные виды движений (ходьба - бодрая, спокойная, бег на полупальцах, на носках, шаг - топающий, с высоким подниманием колена).	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.
52-53	Упражнять: – в ходьбе парами и беге врассыпную. Закреплять: - умение танцевать под знакомую музыку в кругу; - становиться в колонну по одному сохраняя линии.	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
54-55	Учить: – в колонне исполнять «Змейку». Упражнять: -«шуршащему» бегу, на высоких полупальцах по кругу в заданном направлении. Формировать правильную осанку при ходьбе и беге.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.
56-57	Продолжить работу над развитием навыков ориентировки в пространстве: -умение выполнять простейшие перестроения: - по кругу; - парами;	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.

	- лицом друг к другу; - спиной и врассыпную.	
58-59	Развивать эмоциональную сферу детей, создавать радостную атмосферу на занятиях средствами коммуникативных музыкальных игр, веселых плясок.	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
60-61	Упражнять: – в ходьбе переменным шагом; – в освоении топающим шагом. Закреплять: - умение начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.
62-63	Закреплять: - формирование навыков легкого бега, прыжков на двух ногах, мягкой пружинки.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.
64-65	Упражнять: – в ходьбе и беге по кругу; - в перестроении в колонны и пары друг за другом; - повторение знакомых плясовых композиций.	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды, игры, танцы.
66-67	Развивать умения выполнять простейшие плясовые движения: - кружения в парах, - поочередное выставление ног на каблук.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.
68-69	Закреплять: - умение начинать и заканчивать движения с музыкой; навыки легкого бега, топающего шага, прыжков на двух ногах.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.
70-71	Открытое занятие	Открытое занятие.

Третий год обучения

№ п/п	Задачи занятия	Содержание занятия
1-3	Вводные игры на приветствие, освоение пространства. Развивать умения: - определять середину зала; - ходить всей группой в прямом направлении за воспитателем (ходьба – бодрая, спокойная).	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Партерная гимнастика
4-6	Развивать умения: – ходить на полупальцах на носках; - ходить топающим шагом, вперед и назад спиной. - ходить с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
7-9	Развивать умения: - бегать: бег легкий, ритмичный, передающий различные образы; шуршащий; бег мелкими шагами. - выполнять прыжковые движения на двух ногах, на месте, с продвижением вперед; прямой галоп; подскоки.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
10-12	Развивать умения: – собирать круг; – ходить и бегать по кругу в заданном направлении на определенный ритм.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы.

13-15	Развивать умения: – ходить и бегать по кругу (бег легкий, ритмический, передающий различные образы («бабочка», «птички», «ручеек»); – сохранять устойчивое равновесие по ограниченной площади.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
16-18	Развивать умения: – во время движений останавливаться на сигнал педагога; - делать ритмические хлопки и шаги в кругу под музыку.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
19-21	Совершенствовать умения: – выполнять имитационные движения с эмоциями в кругу; - становиться в пары держась за руки	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы.
22-24	Развивать умение танцевать под музыку по кругу. Закреплять умения: умения выполнять прыжки на месте	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.
25-27	Закреплять умения: в медленной и быстрой ходьбе; беге. Совершенствовать умения: – сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
28- 30	Закреплять умения: в беге по кругу (легкий, ритмический, передающий различные образы). Совершенствовать умения: – становится в колонну друг за другом.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
31-33	Закреплять умения: – в ходьбе колонной по подгруппам; - в беге по кругу (легкий, ритмический, передающий различные образы).	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
34-36	Закреплять умения: - слушать музыку; - перестраиваться в круг; - строиться из круга в колонну.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений Танцевальные этюды, игры, танцы.
37-39	Закреплять умения: – ходить и бегать в рассыпную и в кругу, используя основные виды движений (ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, с высоким подниманием колена). Развивать умения: - делать разминку для развития пружинности.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
40- 42	Развивать умения: – ходить и бегать по кругу в парах; – выполнять прыжковые движения по кругу - «прямой галоп».	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
43- 45	Закреплять умения: – бегать на полупальцах по кругу под музыку; – исполнять подскоки по кругу и в парах, выдерживая ритм.	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Танцевальные этюды, игры, танцы.
46- 47	Развивать умения: – становиться и кружиться парами по кругу;	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

	<ul style="list-style-type: none"> – становиться в колонну по одному сохраняя линии; - выполнять ритмические хлопки и шаги в кругу под музыку. 	Танцевальные этюды, игры, танцы.
48-49	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> –в перестроении и ходьбе парами. 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.
50-51	<p>Развивать умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – бегать в кругу, используя основные виды движений (ходьба - бодрая, спокойная, бег на полупальцах, на носках, шаг - топающий, с высоким подниманием колена). 	Партерная гимнастика Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.
52-53	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе парами и беге врассыпную. <p>Закреплять умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевать под знакомую музыку в кругу; - становиться в колонну по одному сохраняя линии. 	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
54-55	<p>Закреплять умение в колонне исполнять «Змейку».</p> <p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> -«шуршащему» бегу, на высоких полупальцах по кругу в заданном направлении. <p>Формировать правильную осанку при ходьбе и беге.</p>	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
56-57	<p>Продолжать работу над развитием навыков ориентировки в пространстве - развивать умения выполнять простейшие перестроения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - по кругу; - парами; - лицом друг к другу; - спиной и врассыпную. 	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
58-59	<p>Развивать эмоциональную сферу детей посредством создания радостной атмосферы на занятиях средствами коммуникативных музыкальных игр, веселых плясок.</p>	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
60-61	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе переменным шагом; –в освоении топающим шагом. <p>Закреплять:</p> <ul style="list-style-type: none"> -умение начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. 	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.
62-63	<p>Продолжить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков легкого бега, прыжков на двух ногах, мягкой пружинки. 	Партерная гимнастика Танцевальные этюды, игры, танцы.
64-65	<p>Закреплять умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе и беге по кругу; - в перестроении в колонны и пары друг за другом; -повторение знакомых танцевальных движений. 	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды, игры, танцы.
66-67	<p>Совершенствовать:</p> <p>умения выполнять простейшие танцевальные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - кружения в парах, 	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды, игры, танцы.

	- поочередное выставление ног на каблук.	
68-69	Совершенствовать: - умение начинать и заканчивать движения с музыкой; навыки легкого бега, топающего шага, прыжков на двух ногах.	Танцевальные этюды, игры, танцы. Танцевальные этюды, игры, танцы.
70-71	Открытые занятия	Открытое занятие.

График учебных периодов и каникул

№ п/п	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	Учебный период	Каникулы
1	Танцевальная палитра	06.10.2014 – 29.06.2015	30.06.2015 – 05.10.2015

5. Календарный учебный график

Первый год обучения

№ п/п	Месяц	Тема занятия	Содержание занятия
1	Октябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Ознакомление детей с танцевальной азбукой: постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста.
2	Октябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Ознакомление детей с играми: «Найди свое место», «Море волнуется...», «Кто быстрее». Разучивание танцевальных этюдов: «Кузнечик», «От улыбки».
3	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног.
4	Октябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.
5	Октябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов
6	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнение для развития растяжки: наклоны вправо, влево, вперед, «лягушка».
7	Октябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Игры на образы: «Море волнуется...», «Я музыка»
8	Октябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для плеч; упражнения для головы; упражнения для корпуса. Притопы: удар одной ногой в пол поочередные удары правой и левой ногой.
9	Ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног.
10	Ноябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения с атрибутами (мяч, погремушка) Разучивание танцевальных этюдов.

11	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Сочинение танцевальных этюдов на песенки из мультфильмов «Мамонтенок», «Чунга-Чанга», «Милашки неваляшки» и т.д.
12	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Сочинение танцевальных этюдов на песенки из мультфильмов «Мамонтенок», «Чунга-Чанга», «Милашки неваляшки» и т.д.
13	Ноябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста.
14	Ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнение для развития растяжки: наклоны вправо, влево, вперед, «лягушка».
15	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «Барбарики»
16	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Игры: «Я музыка», «Птицы и гнезда».
17	Декабрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; продолжение изучения простых шагов в разном темпе. Игры на ориентацию в пространстве: «Паровозики», «Ручеек»
18	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «Барбарики»; Игры на ориентацию в пространстве, на образы.
19	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «Барбарики»; Игры на ориентацию в пространстве, на образы.
20	Декабрь	Партерная гимнастика	Упражнения для позвоночника: «лодочка», «рыбка», «кораблик» и др.
21	Декабрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой; хлопки; построение в линию; построение в две линии. Игры: «Птицы и гнезда», «Кто быстрее».
22	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «Барбарики»; Сочинение танцевальных этюдов на тему «Зима»
23	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «Барбарики»; Сочинение танцевальных этюдов на тему «Зима»
24	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
25	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп;

			упражнения для развития силы ног; упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу.
26	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «Барбарики»; разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики»
27	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	отработка танцевальных движений к танцу «Барбарики»; разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики»
28	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)
29	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки.
30	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «Барбарики»; разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики»
31	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «Барбарики»; разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики»
32	Февраль	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; развитие чувства ритма- хлопки в ладоши; танцевальные движения по кругу с переходом в линии; хлопки в сочетании с шагами.
33	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
34	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
35	Февраль	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «Барбарики»; разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики».
36	Февраль	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «Барбарики»; разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики».
37	Февраль	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Разучивание простейших танцевальных комбинаций на шагах с добавлением движения рук.
38	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп.
39	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп.

40	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «Барбарики»; разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики». Игры: «Море волнуется...», «Кто быстрее».
41	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «Барбарики»; разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики». Игры: «Море волнуется...», «Кто быстрее».
42	Март	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы. Притопы в небольшом приседании на месте и в продвижении. Шаги в комбинации с хлопками. Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени).
43	Март	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы. Притопы в небольшом приседании на месте и в продвижении. Шаги в комбинации с хлопками. Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени).
44	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Весна».
45	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «Гномики». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Весна».
46	Март	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп. Тренировочные упражнения на полу.
47	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Танцевальный этюд «Разноцветная игра» Игры: «Я музыка», «Делай как я», «Художник».
48	Апрель	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы; упражнения для корпуса; разучивание простейших танцевальных комбинаций на шагах.
49	Апрель	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч;

			упражнения для головы; упражнения для корпуса; разучивание простейших танцевальных комбинаций на шагах.
50	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для силы ног; упражнения для спины. Сочинение танцевальной сказки на основе партерной гимнастики.
51	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для силы ног; упражнения для спины. Сочинение танцевальной сказки на основе партерной гимнастики.
52	Апрель	Танцевальные этюды, игры, танцы	Танцевальный этюд «Разноцветная игра» Танец «Гномики».
53	Апрель	Танцевальные этюды, игры, танцы	Танцевальный этюд «Разноцветная игра» Танец «Гномики».
54	Апрель	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы; упражнения для корпуса; сочинение танцевальных этюдов на перестроение в круг, в линии, колонны и т.д.
55	Апрель	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы; упражнения для корпуса; сочинение танцевальных этюдов на перестроение в круг, в линии, колонны и т.д.
56	Май	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для силы ног.
57	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Танцевальный этюд «Разноцветная игра» Танцы: «Гномики», «Барбарики».
58	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Танцевальный этюд «Разноцветная игра» Танцы: «Гномики», «Барбарики».
59	Май	Партерная гимнастика	Тренировочные упражнения на полу.
60	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Танцы: «Гномики», «Барбарики».
61	Май	Партерная гимнастика	Тренировочные упражнения на полу.
62	Май	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Повторение и закрепление всего пройденного материала

63	Май	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Повторение и закрепление всего пройденного материала
64	Июнь	Партерная гимнастика	Повторение всего комплекса упражнений партерной гимнастики.
65	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Подготовка к открытому занятию. Танцы: «Гномики», «Барбарики». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Лето»
66	Июнь	Партерная гимнастика	Комплекс упражнений для растяжки.
67	Июнь	Партерная гимнастика	Повторение всего комплекса упражнений партерной гимнастики.
68	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Подготовка к открытому занятию. Танцы: «Гномики», «Барбарики». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Лето»
69	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Подготовка к открытому занятию. Танцы: «Гномики», «Барбарики». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Лето»
70	Июнь	Открытое занятие	В открытое занятие входит показ основных упражнений, движений танцевальной азбуки, упражнений партерной гимнастики, танцевальные этюды, музыкальные игры.
71	Июнь	Открытое занятие	В открытый урок входит показ танцевальных номеров «Барбарики», «Гномики» и танцевальные этюды.

Второй год обучения

№ п/п	Месяц	Тема занятия	Содержание занятия
1	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног.
2	Октябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Актуализация танцевальной азбуки: постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста.
3	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для позвоночника: «лодочка», «рыбка», «кораблик» и др.
4	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнение для развития растяжки: наклоны вправо, влево, вперед, «лягушка».
5	Октябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для плеч; упражнения для головы; упражнения для корпуса. Притопы: удар одной ногой в пол поочередные удары правой и левой ногой.

6	Октябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.
7	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног.
8	Октябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения с атрибутами (мяч, погремушка) Разучивание танцевальных этюдов.
9	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов
10	Ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнение для развития растяжки: наклоны вправо, влево, вперед, «лягушка».
11	Ноябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста.
12	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Игры на образы: «Море волнуется...», «Я музыка»
13	Ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для позвоночника: «лодочка», «рыбка», «кораблик» и др.
14	Ноябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; продолжение изучения простых шагов в разном темпе. Игры на ориентацию в пространстве: «Паровозики», «Ручеек»
15	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Сочинение танцевальных этюдов на песенки из мультфильмов
16	Ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног; упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу.
17	Декабрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой; хлопки; построение в линию; построение в две линии. Игры: «Птицы и гнезда», «Кто быстрее».
18	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Сочинение танцевальных этюдов на песенки из мультфильмов
19	Декабрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп.
20	Декабрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; развитие чувства ритма- хлопки в ладоши;

			танцевальные движения по кругу с переходом в линии; хлопки в сочетании с шагами.
21	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «1».
22	Декабрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы. Притопы в небольшом приседании на месте и в продвижении. Шаги в комбинации с хлопками. Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени).
23	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Игры: «Я музыка», «Птицы и гнезда».
24	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «1». Игры на ориентацию в пространстве, на образы.
25	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки.
26	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой; хлопки; построение в линию; построение в две линии. Игры: «Птицы и гнезда», «Кто быстрее».
27	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «1». Игры на ориентацию в пространстве, на образы.
28	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног; упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу.
29	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)
30	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «1». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Зима»
31	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки.
32	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)
33	Февраль	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «1». Сочинение танцевальных этюдов на тему

			«Зима»
34	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног; упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу.
35	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой.
36	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«1»; разучивание танцевальных движений к танцу«2».
37	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
38	Февраль	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)
39	Февраль	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«1»; разучивание танцевальных движений к танцу«2».
40	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки.
41	Март	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Разучивание простейших танцевальных комбинаций на шагах с добавлением движения рук.
42	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«1»; разучивание танцевальных движений к танцу«2».
43	Март	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
44	Март	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; развитие чувства ритма- хлопки в ладоши; танцевальные движения по кругу с переходом в линии; хлопки в сочетании с шагами.
45	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«1»; разучивание танцевальных движений к танцу«2».
46	Март	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Разучивание простейших танцевальных комбинаций на шагах с добавлением движения рук.
47	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«1»; разучивание танцевальных движений к танцу«2».
48	Март	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
49	Апрель	Танцевальная азбука и	Разучивание простейших танцевальных

		элементы танцевальных движений	комбинаций на шагах с добавлением движения рук.
50	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
51	Апрель	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы. Притопы в небольшом приседании на месте и в продвижении. Шаги в комбинации с хлопками. Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени).
52	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп.
53	Апрель	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«1»; разучивание танцевальных движений к танцу«2».
54	Апрель	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«1»; разучивание танцевальных движений к танцу«2».
55	Апрель	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«1»; разучивание танцевальных движений к танцу«2».
56	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп.
57	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«2»; разучивание танцевальных движений к танцу«3». Игры: «Море волнуется...», «Кто быстрее».
58	Май	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
59	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу«2»; разучивание танцевальных движений к танцу«3».Игры: «Море волнуется...», «Кто быстрее».
60	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «3». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Весна».
61	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «3». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Весна».
62	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «3» Сочинение танцевальных этюдов на тему «Весна».
63	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «3»

			Сочинение танцевальных этюдов на тему «Весна».
64	Май	Партерная гимнастика	Повторение всего комплекса упражнений партерной гимнастики.
65	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Танцевальный этюд «Разноцветная игра» Игры: «Я музыка», «Делай как я», «Художник».
66	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Танцевальный этюд «Разноцветная игра» Танцы 1, 2, 3.
67	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Подготовка к открытому занятию. Сочинение танцевальных этюдов на тему «Лето»
68	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Подготовка к открытому занятию. Сочинение танцевальных этюдов на тему «Лето»
69	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Подготовка к открытому занятию. Сочинение танцевальных этюдов на тему «Лето»
70	Июнь	Открытое занятие	В открытое занятие входит показ основных упражнений, движений танцевальной азбуки, упражнений партерной гимнастики, танцевальные этюды, музыкальные игры.
71	Июнь	Открытое занятие	В открытый урок входит показ танцевальных номеров и танцевальные этюды

Третий год обучения

№ п/п	Месяц	Тема занятия	Содержание занятия
1	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног.
2	Октябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Актуализация танцевальной азбуки: постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста.
3	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для позвоночника: «лодочка», «рыбка», «кораблик» и др.
4	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнение для развития растяжки: наклоны вправо, влево, вперед, «лягушка».
5	Октябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для плеч; упражнения для головы; упражнения для корпуса. Притопы: удар одной ногой в пол поочередные удары правой и левой ногой.
6	Октябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.
7	Октябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног.

8	Октябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения с атрибутами (мяч, погремушка) Разучивание танцевальных этюдов.
9	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов
10	Ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнение для развития растяжки: наклоны вправо, влево, вперед, «лягушка».
11	Ноябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста.
12	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Игры на образы: «Море волнуется...», «Я музыка»
13	Ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для позвоночника: «лодочка», «рыбка», «кораблик» и др.
14	Ноябрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; продолжение изучения простых шагов в разном темпе. Игры на ориентацию в пространстве: «Паровозики», «Ручеек»
15	Ноябрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Сочинение танцевальных этюдов на песенки из мультфильмов
16	Ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног; упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу.
17	Декабрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой; хлопки; построение в линию; построение в две линии. Игры: «Птицы и гнезда», «Кто быстрее».
18	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Сочинение танцевальных этюдов на песенки из мультфильмов
19	Декабрь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп.
20	Декабрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; развитие чувства ритма- хлопки в ладоши; танцевальные движения по кругу с переходом в линии; хлопки в сочетании с шагами.
21	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «1».

22	Декабрь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы. Притопы в небольшом приседании на месте и в продвижении. Шаги в комбинации с хлопками. Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени).
23	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Игры: «Я музыка», «Птицы и гнезда».
24	Декабрь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «1». Игры на ориентацию в пространстве, на образы.
25	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки.
26	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой; хлопки; построение в линию; построение в две линии. Игры: «Птицы и гнезда», «Кто быстрее».
27	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «1». Игры на ориентацию в пространстве, на образы.
28	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног; упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу.
29	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)
30	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «1». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Зима»
31	Январь	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки.
32	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)
33	Февраль	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу «2». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Зима»
34	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития силы ног; упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на

			полу.
35	Январь	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой.
36	Январь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «1»; разучивание танцевальных движений к танцу «2».
37	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
38	Февраль	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для головы; упражнения для корпуса; упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)
39	Февраль	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу разучивание танцевальных движений к танцу
40	Февраль	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки.
41	Март	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Разучивание простейших танцевальных комбинаций на шагах с добавлением движения рук.
42	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «1»; разучивание танцевальных движений к танцу «2».
43	Март	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
44	Март	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; развитие чувства ритма- хлопки в ладоши; танцевальные движения по кругу с переходом в линии; хлопки в сочетании с шагами.
45	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «1»; разучивание танцевальных движений к танцу «2».
46	Март	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Разучивание простейших танцевальных комбинаций на шагах с добавлением движения рук.
47	Март	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «1»; разучивание танцевальных движений к танцу «2».
48	Март	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
49	Апрель	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Разучивание простейших танцевальных комбинаций на шагах с добавлением движения рук.
50	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
51	Апрель	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	Упражнения для рук, кистей, и пальцев; упражнения для плеч; упражнения для головы. Притопы в небольшом приседании на месте и в

			продвижении. Шаги в комбинации с хлопками. Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени).
52	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп.
53	Апрель	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «1»; разучивание танцевальных движений к танцу «2».
54	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп.
55	Апрель	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «1»; разучивание танцевальных движений к танцу «2».
56	Апрель	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп.
57	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцу «1»; разучивание танцевальных движений к танцу «2». Игры: «Море волнуется...», «Кто быстрее».
58	Май	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие растяжки. Тренировочные упражнения на полу.
59	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцам 2!2, «2». Игры: «Море волнуется...», «Кто быстрее».
60	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Разучивание танцевальных движений к танцу Сочинение танцевальных этюдов на тему «Весна».
61	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцам 2!2, «2». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Весна».
62	Май	Партерная гимнастика	Повторение всего комплекса упражнений партерной гимнастики.
63	Май	Танцевальные этюды, игры, танцы	Отработка танцевальных движений к танцам 2!2, «2». Сочинение танцевальных этюдов на тему «Весна».
64	Май	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп. Тренировочные упражнения на полу.
65	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Танцевальный этюд «Разноцветная игра» Игры: «Я музыка», «Делай как я», «Художник».
66	Июнь	Партерная гимнастика	Повторение всего комплекса упражнений партерной гимнастики.
67	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Подготовка к открытому занятию. Сочинение танцевальных этюдов на тему «Лето»
68	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Подготовка к открытому занятию. Сочинение танцевальных этюдов на тему «Лето»

69	Июнь	Танцевальные этюды, игры, танцы	Подготовка к открытому занятию. Сочинение танцевальных этюдов на тему «Лето»
70	Июнь	Открытое занятие	В открытое занятие входит показ основных упражнений, движений танцевальной азбуки, упражнений партерной гимнастики, танцевальные этюды, музыкальные игры.
71	Июнь	Открытое занятие	В открытый урок входит показ танцевальных номеров и танцевальные этюды

6. Содержание программы

Первый год обучения

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Ознакомление детей с танцевальной азбукой:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.

Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу.

Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- ознакомление детей с играми;
- применение игр на занятиях.

Тема 4. Открытое занятие.

- показ проученного материала родителям.

Второй год обучения

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;
- упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;
- упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;
- упражнения с предметами.

Развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.

Выполнение проученных упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный бег с захлестом голени;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг
- шаги на полупальцах и пятках;
- притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками.

Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве.

Выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с новыми элементами партерной гимнастики:

- образные движения;
- танцевальные этюды на полу.

Выполнение проученных упражнений партерной гимнастики на растягивания и гибкость.

Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы.

Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.

Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.

Отгадывание музыкальных загадок.

Тема 4. Открытое занятие.

- показ родителям проученного материала;
- выступление на сценической площадке с танцевальным номером.

Третий год обучения

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Закрепление пройденного материала и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

Разучивание основных танцевальных шагов: перекаты (шаг с пятки на носок), переменный, шаг польки, «гуськом», вальсовый шаг.

Танцевальный бег: бег на полупальцах, бег с захлестом ног назад, бег с высоко поднятыми коленями, *jete* вперед, в сторону.

Прыжки: простые прыжки по VI позиции, подскоки, прыжки с поджатыми ногами, «разножка».

Прыжки из положения сидя-вверх, Прыжки в положении сидя («мячик»).

Закрепление танцевальных элементов второго года обучения.

Изучение новых танцевальных движений:

- имитационные движения - разнообразные образно-игровые движения, жесты, раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях);

- плясовые движения - элементы народных плясок и детского современного танца, танцевальные упражнения, включающие асимметрию (из современных ритмических танцев), а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические движения на основе изученных танцевальных шагов.

Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

В партерной гимнастике используется комплекс упражнений первого и второго года обучений, но усложняются задачи, требования: ускоряется ритм исполнения, увеличивается нагрузка, усиливаются требования к чёткости и точности исполнения.

Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы.

Развивающие игры и танцевально-игровые этюды, направленные на развитие ориентации в пространстве, координацию движений, образность мышления, фантазию и творческое самовыражение ребенка. Игры: «Эхо», «Море волнуется...», «Делай как я», «Я – музыка» и т.д.

Самостоятельное сочинение детьми простых танцевальных этюдов.

Разучивание 1-2 танцев для выступлений.

Тема 4. Открытое занятие.

- показ родителям проученного материала;

- выступление на сценической площадке с танцевальным номером.

7. Методическое обеспечение программы

Рекомендуемые упражнения

Партерная гимнастика

Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота.

Упражнение для подъема стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, стараемся коснуться большим пальцем пола.

Упражнение для выворотности стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, разворачиваем стопы так, чтобы коснуться мизинцами пола.

«Буратино» - ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны. Музыкальный размер 2/4: 1 - 2 такты – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, руками коснуться носка; 3 - 4 такты – вернуться в исходное положение. Движение повторить с левой ноги.

«Солнышко» – ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны. Музыкальный размер 4/4: 1 такт – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль

ноги, левой рукой коснуться носка правой ноги, правой рукой дотронуться до левой ноги. 2 такт – вернуться в исходное положение. Движение повторить с левой ноги.

«Складочка» – ноги на полу вытянуты вперед, руки на поясе. Музыкальный размер 4/4: 1 такт – наклон корпуса вперед, руками стараемся достать до носков, подбородок тянуть вперед. 2 такт – вернуться в исходное положение.

«Бабочка» - ноги на полу подтянуты к себе, колени раскрыть в стороны, руки на коленях. Стараемся коленями достать до пола «развернуть у бабочки крылья».

«Лодочка» – лежа на животе, ноги прямые, руки вытянуты вперед. Поочередно поднимаем ноги и руки, изображая качающуюся лодочку.

«Рыбка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, руки вдоль корпуса.

«Русалочка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, ладонки возле плеч прижаты к полу, руки согнуты в локтях. Музыкальный размер 3/4: 1 – 2 такты – выпрямляем руки и прогибаем корпус назад, запрокинуть голову. 3 – 4 такты – вернуться в исходное положение.

«Колечко» – упражнение для мышц спины. Музыкальный размер 4/4. Лечь на живот, опереться впереди на руки, прогнуть корпус назад так, чтобы достать головой носки согнутых назад ног. Зафиксировать это положение, вернуться в исходное положение.

«Ушастый зайчик» – упражнение для мышц спины. Музыкальный размер 2/4. Лечь на спину, руки вдоль корпуса, поднять прямые ноги вверх и опустить их вниз за голову, достать носками до пола. Зафиксировать это положение, вернуться в исходное положение.

«Корзиночка» – упражнение для мышц спины. Лечь на живот, руками взяться за щиколотки с внешней стороны, ноги потянуть вверх. Слегка покачаться на животе, голова поднята вверх.

«Дошечка» – упражнение для укрепления мышц живота. Стоя на коленях, руки прижаты к корпусу. Исполняются покачивания корпуса вперед-назад, не садясь на ноги.

Танцевально-тренировочные упражнения

Шаги с носка по кругу. Музыкальные размеры 4/4, 2/4.

Шаги с высоким подъемом колена. Музыкальный размер 2/4.

Шаги на полупальцах.

Шаги на пятках.

Шаги в комбинации с хлопками.

Прыжки «зайчики» в продвижении по кругу в глубоком приседании и на прямых ногах.

Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени).

Галоп (лицом в круг).

Упражнения для развития навыков выразительного движения

«Звереритмика» - движения имитирующие повадки зверей, птиц в соответствии с четверостишиями:

Кошка села на окошко,

Стала кошка лапки мыть,

Понаблюдав за ней немножко,

Мы все движенья можем повторить.

Раз, два, три – ну-ка повтори (руки перед собой согнуты в локтях, изображаем кошку, которая моет лапки).

Три, четыре, пять – повтори опять (руками прикасаемся к ушам)
Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).
Змея ползет тропой лесной,
Как лента по земле скользит,
А мы движение такое,
Рукою сможем все изобразить.
Раз, два, три – ну-ка повтори (правой рукой перед собой изображаем змею, которая ползет вперед).
Три, четыре, пять – повтори опять (левой рукой перед собой изображаем змею, которая ползет вперед)
Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).
Стоит цапля на болоте,
Ловит клювом лягушат,
И так стоять совсем не трудно
Для нас, для тренированных ребят.
Раз, два, три – ну-ка повтори (правую ногу поднять до колена, руки вверх прямые, голову повернуть на правое плечо).
Три, четыре, пять – повтори опять (левую ногу поднять до колена, руки прямые вверх через стороны, голову повернуть на левое плечо)
Ну, просто молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).
Ветер деревце качает,
Хочет ветку наклонить,
Понаблюдав за ним немножко
Мы все движенья сможем повторить.
Раз, два, три – ну-ка повтори (руки прямые вверху над головой изображают качающееся дерево).
Три, четыре, пять – повтори опять (руки прямые вверху над головой изображают качающееся дерево).
Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).
Мартышка к нам спустилась с ветки,
Мартышку надо уважать
Ведь обезьяны наши предки,
А предкам детки, надо подражать.
Раз, два, три – ну-ка повтори.
Три, четыре, пять – повтори опять (повторяем все движения вместе).

Ритмические упражнения

Хлопки в ладоши – простые и ритмические. Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.

Положения головы. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне (можно с ритмическим рисунком).

Музыкальные темпы: вальс, полька. Импровизационные движения в соответствии с каждым темпом.

«Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, потом на один такт и два приседания, на один такт.

«Мячик» - прыжки по VI позиции. Музыкальный размер 2 \4. Темп умеренный. Прыжок на два такта, затем на один такт и четыре и более прыжков на один такт.

Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «фонарики» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей.

Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Положение рук: на поясе и внизу.

«Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.

«Птичка», «Утюжок», «Флажок». «Птичка» - оттянутый носок вперед, в стороны. «Утюжок» - стопа сокращена, вынос ноги на пятку вперед и в стороны. «Флажок» - поднимание ноги до колена с натянутой стопой.

Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево. Исполняться поклоны могут как по VI позиции, так и по II позиции.

«Гопотушки» - притопы в небольшом приседании на месте и в продвижении.

Тройные притопы с остановкой.

Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку.

Поднимание на полупальцы по VI позиции.

Рекомендуемые упражнения (второй – третий год обучения)

Партерная гимнастика

Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота.

Упражнение для подъема стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, стараемся коснуться большим пальцем пола.

Упражнение для выворотности стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, разворачиваем стопы так, чтобы коснуться мизинцами пола.

Упражнение на развитие четырехглавой мышцы «grand battement».

Упражнение на развитие и укрепление мышц брюшного пресса.

Упражнение «ножницы».

Упражнение «велосипед».

Упражнение «relevelant».

Упражнение «Березка».

Упражнение «Книжечка».

Упражнение на улучшение гибкости «Лодочка», «Кораблик», «Мостик».

Развитие выворотности «Лягушка», «Бабочка», «Веревоочка», правый и левый «шпагат».

Упражнение падающая башня

Упражнения для развития навыков выразительного движения

Упражнение «Кошка» в сочетании с танцевальными упражнениями.

Упражнение для рук «Змея» в сочинении с движениями рук современной хореографии.

Продвижение по кругу «цапля на болоте».

Образное упражнение «незнайка».

Упражнение «перекатим Арбуз».

Образная игра «елки, палки и пеньки».

Движения в образе «Робот и веревочный человек».

Упражнение «Мельница».

Шаги в образе «пингвины».

Шаги в образе «Зайчик».

Прыжки в образе «кенгуру».

Пространственные построение и перестроение. Рисунки танца:

- движение по кругу: лицом и спиной; по одному и в парах;
- движение в линиях вправо и влево, вперед и назад;
- «Змейка» - движение по линии друг за другом, перестраиваясь в круг;
- движение в колонне вперед;
- движения в колонне на месте: наклоны в стороны через одного и все вместе;
- различные ходы по диагонали.

Ритмические упражнения

Построения и перестроения танцевальными движениями в комбинациях.

Развитие чувства ритма хлопки в ладоши, усложненный ритмический рисунок.

Ход по диагонали под музыку в комбинации с хлопками, в быстром темпе.

Изучение развернутых комбинации рук и ног.

Развитие чувства ритма хлопки в ладоши, усложненный ритмический рисунок.

Комбинации танцевальных движений с хлопками.

8. Список литературы

1. Азбука хореографии / Автор-составитель: Барышникова Т.К. - Москва: Айрис – пресс, 2000.
2. Бриске И.Э. Ритмика и танец / И.Э. Бриске.- Челябинск, 1993.
3. Воронин Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / Н.В. Воронин, М.А. Михайлова. – Ярославль: Академия развития, 2000.
4. Ерохина О.В. Школа танцев для детей / О.В. Ерохина.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
5. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста / Н.В. Зарецкая. – Москва: Айрис-пресс, 2005.
6. Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада / З.Я. Роот. – Москва: Айрис-пресс, 2007.
7. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика / А.Е. Чибрикова-Луговская. - Москва: Дрофа, 1998.

Интернет ресурсы:

1. www.dance-city.narod.ru
2. www.danceon.ru
3. www.mon.gov.ru
3. www.tangodance.by
4. www.youtube.com