

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад 9 «Городок детства» города-курорта Кисловодска

Согласовано
на педагогическом Совете
МБДОУ д/с № 9 «Городок
детства»
Протокол № 1 от 25.08.2023г.

Утверждаю:
И.о.заведующего
МБДОУ д/с № 9 «Городок детства»
 Е.В.Хайлина
Приказ № 01-21/72-ОД от «25» августа 2023 г.



*Платная
Дополнительная программа по художественно-
эстетическому воспитанию, искусство хореографии
«Карамельки»*



Разработал:
Педагог дополнительного образования Евтухова К.Р.

г-к Кисловодск
2023г.

Содержание программы:

1.	Пояснительная записка	3
2.	Содержание программы	4
3.	Основные педагогические принципы	6
4.	Условия необходимые для реализации Программы и возрастные образовательные нагрузки	7
5.	Календарно- тематический план:	
	- старшая группа 5-6 лет	9
	- подготовительная группа 6-7 лет	12
6.	Основные требования к уровню подготовки детей по хореографии	22
7.	Список используемой литературы	25
8.	Приложения	26

Пояснительная записка.

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

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

Программа «Танцевальная мозаика» ставит своей целью -приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание. Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети учатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

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

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

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 «Танцевальная мозаика» рассчитана на два года обучения и
рекомендуется для занятий детей с 5 до 7 лет.

Занятия проводятся в старшей и подготовительной группе 2 раза в неделю. .
Длительность занятий:

- Старшая группа – 25 мин.,
- Подготовительная группа – 30 мин.

Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (сентябрь), итоговая (май).

Цели и задачи:

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

✓ **Обучающая** - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

✓ **Развивающая** – развивать музыкальные и физические данные детей, образного мышления, танцевальные фантазии и творческую активность; развивать интерес к танцевальному искусству;

✓ **Воспитательная**–воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре, самостоятельности, аккуратности, терпению и трудолюбию.

Содержание программы.

1. Вводное занятие.

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

2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис.

Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? П.э.- это упражнения на полу,

которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

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

3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

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

4. Упражнения для разминки.

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

5. Народный танец.

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

6. Классический танец.

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

7. Бальный танец.

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

Основные педагогические принципы.

1. Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

2. Систематичность. Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

3. Вариативность. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

4. Наглядность. Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.

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

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

7. Индивидуализация. Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

Формирование творчества в танце – очень тонкий, хрупкий процесс. Поэтому, при использовании всех перечисленных методов обучения, необходимыми являются следующие условия:

❖ Чтобы дети не теряли интереса к изучаемому материалу, не следует работать над каждым упражнением или этюдом дольше 2-4 НОД подряд. Даже если за это время выполнены не все поставленные задачи, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя.

❖ В процессе обучения используются игрушки, атрибуты с целью побуждения детей к более выразительному исполнению движений. В связи с этим нужно отбирать яркий, эстетически – выразительный игровой материал в том количестве, которое необходимо для НОД.

❖ НОД должна сопровождаться доброжелательной обстановкой, искренний и чуткий интерес педагога к любым, малейшим находкам, успехам своих воспитанников; поддержка и поощрение их самостоятельности.

❖ Чрезвычайно важно воспитывать такое же внимательное отношение у детей друг к другу, их умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей. Все это создает действительно творческую атмосферу на НОД, без которой невозможно становление и развитие творчества.

Условия, необходимые для реализации программы.

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:

- ✓ Личностное общение педагога с ребенком;
- ✓ Наличие специально оборудованного кабинета;
- ✓ Правильное покрытие пола – деревянное либо ковровое покрытие;
- ✓ На каждого ребёнка должно быть отведено 4 метра площади;
- ✓ Избегать употребление жвачки во время занятия;
- ✓ Каждый ребенок должен иметь обязательную одежду и обувь для занятия;
- ✓ Широкое использование технических средств обучения (*видео, аудио техника*);
- ✓ Атрибуты, наглядные пособия;
- ✓ Зал предварительно проветривать и проводить влажную уборку;
- ✓ Иметь: расписание занятий, методический материал, календарный план, результативность каждого занимающегося по итогам года.

Программы и возрастные особенности нагрузки

5 – 6 лет.

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

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

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

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 музыке 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.

Старшая группа.
(занятия проводятся 2 раза в неделю)

п/п	Тематическое планирование.
.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
.	<p><u>Классический танец :</u></p> <p><i>1.. Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А.Я.Вагановой. <p><i>2. Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - перевод рук из одного положения в другое. <p><i>3. Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные); - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; - танцевальный шаг назад в медленном темпе; - шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад). - relieve по 1,2,3 позициям (муз.раз. 1/2 ,1/4, 1/8); - demi-plie по 1,2,3 поз.; - demi-plies с одновременной работой рук; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - sothe по 1,2,6 поз.; - sothe в повороте (по точкам зала). <p><i>4. Танцевальные комбинации.</i></p>
.	<p><u>Народный танец :</u></p> <p><i>1.. Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - положение на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок; - переводы рук из одного положения в другое (в характере рус.танца); - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»; - «приглашение». <p><i>2. Положение рук в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «лодочка» (поворот по руку); - «под ручки» (лицом вперед); - «под ручки» (лицом друг к другу); - сзади за талию (по парам, по тройкам). <p><i>3. Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом; - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию); - battementtendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с demi-plie; - battementtendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом;

	<ul style="list-style-type: none"> - притоп простой, двойной, тройной; - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; - простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; - простой дробный ход (с работой рук и без); - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга); - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками; - танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию); - прыжки с поджатыми ногами; - «шаркающий шаг»; - «елочка»; - «гармошка»; - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад; - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции; - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции. <p>(мальчики)</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>(девочки)</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 сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»; <p>4. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диагональ; - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре; - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка». <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
.	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. Постановка корпуса, головы, рук и ног.</p> <p>1. Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги: бытовой, танцевальный; - поклон и реверанс; - боковой подъемный шаг (pareleve); - «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>2. Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика; - «боковой галоп» вправо, влево; - легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону. <p>3. Положения рук в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основная позиция; - «корзиночка».

	4. Танцевальные комбинации.
.	Этюды: - сюжетный танец «Мотылек»; - «Кадриль»; - «Вальс».
.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
.	Итоговое контрольное занятие.
.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 72 часа	

Подготовительная группа.
(занятия 2 раза в неделю)

п/п	Тематическое планирование.
.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
.	<p><u>Классический танец:</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - port de bras. <p>3. Движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - demi-plie ; - battement tendu; - passé; - relleve. <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
.	<p><u>Народный танец:</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - переводы рук из одного положения в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки). <p>3. Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поклон в русском характере; - кадрильный шаг с каблука; - шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу); - пружинящий шаг; - хороводный шаг; - хороводный шаг с остановкой ноги сзади; - хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок; - переменный ход вперед, назад; - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук); - ковырялочка с подскоком; - боковое «припадание» по 3 поз.; - «припадание» в повороте; - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону; - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад); - подготовка к «веревочке»; - «веревочка»; - прыжок с поджатыми; <p>(девочки):</p> <ul style="list-style-type: none"> - вращение на полупальцах; <p>(мальчики):</p> <ul style="list-style-type: none"> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»); - присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу; - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук; - скользящий хлопок по бедру, по голени; - одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад; - «гусиный шаг».

	<p>4. Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соскок на две ноги лицом друг к другу; - пружинящий шаг под ручку (в повороте). <p>6. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «воротца»; - «карусель». <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
.	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения 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 во 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); - parbalance (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>3. Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину; - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта). <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
.	<p>Этюды:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Русская плясовая»; - «Полька»; - «Чарльстон».
.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
.	Итоговое контрольное занятие.
.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 72 часа.	

Старшая группа.
(занятия 2 раза в неделю)

Месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Сентябрь	<p><u>Занятие 1.</u> <i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</i></p> <p><u>Занятие 2.</u> Упражнения на ориентировку в пространстве.</p>	<p><u>Занятие 3.</u> (к.т.) . Положения и движения ног.</p> <p><u>Занятие 4.</u> (к.т.) . Положения и движения рук.</p>	<p><u>Занятие 5.</u> (к.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.</p> <p><u>Занятие 6.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног(выворотные); - relleve по 1,2,3 позициям.</p>	<p><u>Занятие 7.</u> (к.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - квадрат А.Я.Вагановой; <i>Положения и движения ног:</i> -sotte по 1,2,6 позиции по точкам зала.</p> <p><u>Занятие 8.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - sotte в повороте (по точкам зала).</p>
Октябрь	<p><u>Занятие 9.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы.</p> <p><u>Занятие 10.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в медленном темпе.</p>	<p><u>Занятие 11.</u> (к.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - свободное размещение по залу, пары, тройки.</p> <p><i>Положения и движения ног:</i> - шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах.</p> <p><u>Занятие 12.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie с одновременной работой рук.</p>	<p><u>Занятие 13.</u> (к.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i></p> <p><u>Занятие 14.</u> (к.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i></p>	<p><u>Занятие 15.</u> (к.т.) <i>Сюжетный танец «Мотылек».</i></p> <p><u>Занятие 16.</u> (к.т.) <i>Сюжетный танец «Мотылек».</i></p>

<p style="text-align: center;">Ноябрь</p>	<p><u>Занятие 17.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p>Положения и движения ног.</p> <p><u>Занятие 18.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p>Положения и движения рук.</p>	<p><u>Занятие 19.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p>Положения и движения ног.</p> <p><u>Занятие 20.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - положение рук на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок. 	<p><u>Занятие 21.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом. <p><u>Занятие 22.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца). 	<p><u>Занятие 23.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта). <p><u>Занятие 24.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).
<p style="text-align: center;">Декабрь</p>	<p><u>Занятие 25.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plié. <p><u>Занятие 26.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - притоп простой, двойной, тройной; - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с притопом. 	<p><u>Занятие 27.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «приглашение». <p><i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу. <p><u>Занятие 28.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка». 	<p><u>Занятие 29.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Положения рук в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «лодочка» (поворот под руку). <p><u>Занятие 30.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад. 	<p><u>Занятие 31.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой дробный ход (с работой рук и без). <p><u>Занятие 32.</u> <u>(н.т.)</u></p> <p><i>Положения рук в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «под ручки» (лицом вперед). <p><i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).

Январь	<p><u>Занятие 33.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положение рук в паре:</i> - «под ручки» (лицом друг к другу). <i>Движения ног:</i> - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками.</p> <p><u>Занятие 34.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие перестроения : колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.</p>	<p><u>Занятие 35.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i> - сзади за талию (по парам, тройкам). <i>Движения ног:</i> - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию).</p> <p><u>Занятие 36.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - диагональ.</p>	<p><u>Занятие 37.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «змейка»; - «ручеек».</p> <p><u>Занятие 38.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</i></p>	<p><u>Занятие 39.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</i></p> <p><u>Занятие 40.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - прыжки с поджатыми ногами.</p>
Февраль	<p><u>Занятие 41.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «шаркающий шаг».</p> <p><u>Занятие 42.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «елочка»; <u>(мальчики):</u> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).</p>	<p><u>Занятие 43.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «гармошка»; <u>(девочки):</u> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).</p> <p><u>Занятие 44.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; <u>(девочки):</u> - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».</p>	<p><u>Занятие 45.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад.</p> <p><u>Занятие 46.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); <u>(девочки):</u> - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».</p>	<p><u>Занятие 47.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «звездочка».</p> <p><u>Занятие 48.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «корзиночка».</p>

Март	<p><u>Занятие 49.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции.</p> <p><u>Занятие 50.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.</p>	<p><u>Занятие 51.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</i></p> <p><u>Занятие 52.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</i></p>	<p><u>Занятие 53.</u> <u>(н.т.)</u> <i>«Кадриль».</i></p> <p><u>Занятие 54.</u> <u>(н.т.)</u> <i>«Кадриль».</i></p>	<p><u>Занятие 55.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Постановка корпуса, головы, рук и ног.</i></p> <p><i>Движения ног:</i> - шаги: бытовой и танцевальный.</p> <p><u>Занятие 56.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поклон, реверанс.</p>
Апрель	<p><u>Занятие 57.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «боковой галоп» простой (по кругу).</p> <p><u>Занятие 58.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «боковой галоп» с приподом (по линиям).</p>	<p><u>Занятие 59.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «пике» (одинарный) в прыжке.</p> <p><u>Занятие 60.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «пике» (двойной) в прыжке.</p>	<p><u>Занятие 61.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i> - основная позиция.</p> <p><i>Движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед.</p> <p><u>Занятие 62.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения в паре:</i> - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика.</p>	<p><u>Занятие 63.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения в паре:</i> - «боковой галоп» вправо, влево.</p> <p><u>Занятие 64.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения в паре:</i> - легкое покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам.</p>
май	<p><u>Занятие 65.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - боковой подъемный шаг.</p> <p><u>Занятие 66.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i> - «корзиночка».</p>	<p><u>Занятие 67.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.</i></p> <p><u>Занятие 68.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.</i></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>

Подготовительная группа.
(занятия 2 раза в неделю)

Месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Сентябрь	<p><u>Занятие 1.</u> <i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</i></p> <p><u>Занятие 2.</u> <i>Повторение 1год обучения.</i> Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук)</p>	<p><u>Занятие 3.</u> <i>Повторение 1год обучения.</i> Классический танец (положения и движения ног).</p> <p><u>Занятие 4.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения рук:</i> - port de bras.</p>	<p><u>Занятие 5.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - relieve.</p> <p><u>Занятие 6.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - demi – plie.</p>	<p><u>Занятие 7.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - battementendu.</p> <p><u>Занятие 8.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - passé.</p>
Октябрь	<p><u>Занятие 9.</u> <i>Повторение 1год обучения.</i> Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре).</p> <p><u>Занятие 10.</u> <i>Повторение 1 год обучения.</i> Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).</p>	<p><u>Занятие 11.</u> <i>Повторение 1 год обучения.</i> Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).</p> <p><u>Занятие 12.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое.</p>	<p><u>Занятие 13.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поклон в русском характере.</p> <p><u>Занятие 14.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг.</p>	<p><u>Занятие 15.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с остановкой ноги сзади.</p> <p><u>Занятие 16.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.</p>

Ноябрь	<p><u>Занятие 17.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - переменный ход вперед, назад.</p> <p><u>Занятие 18.</u> (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; (девочки): - взмахи платочком.</p>	<p><u>Занятие 19.</u> (н.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца»; - «карусель».</p> <p><u>Занятие 20.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - боковое «припадание» по 3 позиции.</p>	<p><u>Занятие 21.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «припадание» в повороте.</p> <p><u>Занятие 22.</u> (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок по бедру, по голени.</p>	<p><u>Занятие 23.</u> (н.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i></p> <p><u>Занятие 24.</u> (н.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i></p>
Декабрь	<p><u>Занятие 25.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - кадрилиный шаг с каблука.</p> <p><u>Занятие 26.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (каблуком по полу).</p>	<p><u>Занятие 27.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (полупальцами по полу).</p> <p><u>Занятие 28.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг.</p>	<p><u>Занятие 29.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук).</p> <p><u>Занятие 30.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> «ковырялочка» с подскоком.</p>	<p><u>Занятие 31.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте.</p> <p><u>Занятие 32.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.</p>
Январь	<p><u>Занятие 33.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте.</p> <p><u>Занятие 34.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.</p>	<p><u>Занятие 35.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - подготовка к «веревочке».</p> <p><u>Занятие 36.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «веревочка».</p>	<p><u>Занятие 37.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - прыжок с поджатыми; (мальчики): - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком).</p> <p><u>Занятие 38.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> (мальчики): - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»).</p> <p><i>Движения в паре:</i> - соскок на две ноги лицом друг другу.</p>	<p><u>Занятие 39.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку по кругу; (мальчики): - присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу.</p> <p><u>Занятие 40.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку в повороте; (мальчики): - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.</p>

Февраль	<p><u>Занятие 41.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца». <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад.</p> <p><u>Занятие 42.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>(девочки):</u> - вращение на полупальцах; <u>(мальчики):</u> - «гусиный шаг».</p>	<p><u>Занятие 43.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «карусель». <i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</i></p> <p><u>Занятие 44.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</i></p>	<p><u>Занятие 45.</u> <i>«Русская плясовая».</i></p> <p><u>Занятие 46.</u> <i>«Русская плясовая».</i></p>	<p><u>Занятие 47.</u> <i>Повтор 1 год обучения.</i> Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре).</p> <p><u>Занятие 48.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u> - раг польки (по одному); - раг польки (по парам).</p>
Март	<p><u>Занятие 49.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u> - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте.</p> <p><u>Занятие 50.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u> - раг польки в сочетании с «подскоками».</p>	<p><u>Занятие 51.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u> - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад).</p> <p><u>Занятие 52.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Полька:</u> - прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.</p>	<p><u>Занятие 53.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</i></p> <p><u>Занятие 54.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</i></p>	<p><u>Занятие 55.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Вальс:</u> - раг вальса (по одному, по парам).</p> <p><u>Занятие 56.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>Вальс:</u> - раbalance (на месте, с продвижением вперед, назад).</p>

Апрель	<p><u>Занятие 57.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения в паре:</i> - легкий бег на полупальцах по парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину); - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка выполняет поворот под руку на сильную долю такта).</p> <p><u>Занятие 58.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»).</i></p>	<p><u>Занятие 59.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Полонез:</i> - раг полонеза; - раг полонеза (в парах, по кругу).</p> <p><u>Занятие 60.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»).</i></p>	<p><u>Занятие 61.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - основное движение «Чарльстона».</p> <p><u>Занятие 62.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - двойной чарльстон.</p>	<p><u>Занятие 63.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - чередование двойного и одинарного чарльстона.</p> <p><u>Занятие 64.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - чарльстон с точкой вперед, назад</p>
Май	<p><u>Занятие 65.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - чарльстон с продвижением вперед, назад и с поворотом.</p> <p><u>Занятие 66.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <i>Чарльстон:</i> - пружинящий шаг с открытием рук в стороны.</p>	<p><u>Занятие 67.</u> <i>«Чарльстон».</i></p> <p><u>Занятие 68.</u> <i>«Чарльстон».</i></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>

Основные требования

**К уровню подготовки детей по хореографии.
К концу дети должны знать, уметь, владеть:**

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

К концу 1 года обучения дети должны:

<i>знать</i>	<i>иметь представление</i>	<i>уметь</i>
Квадрат А.Я.Вагановой.	О классическом танце.	Ориентироваться в танцевальном зале.
Положения и движения рук классического танца.	О portdebras (классического танца).	Правильно переводить руки из одного положения в другое.
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса).	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту).
Положения и движения рук народного танца: (положение кисти на талии, portdebras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.)	О русском народном танце.	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши.
Положения рук в паре.	О работе партнеров в паре.	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре.
Движения ног народного танца.	О русском народном танце. (мальчики) – о присядке.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту. Правильно выполнять резкое и плавное приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка».
Движения бального танца.	Об историко-бытовом танце.	Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Уметь чувствовать своего партнера.
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

К концу 2 года обучения дети должны:

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

Список используемой литературы:

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

Тематический план.
Средняя группа.
(занятия проводятся 1 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 шага; - 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 свое место»; - простейшие построения: линия колонка; - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал; - различие правой, левой руки, ноги, плеча; - повороты вправо, влево; - 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 головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»; - повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; - повороты плеч с одновременным полуприседанием; - движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх; - «Качели» (плавный перекаат с полупальцев на пятки); - чередование шагов на полупальцах 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. Положения и движения рук: <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти;

	<ul style="list-style-type: none"> - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению; <p>3. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demiplie (по 1 позиции); - relieve(по 6 позиции); - sothe(по 6 позиции); - легкий бег на полупальцах; - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции); - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battementtendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
6.	<p><u>Народный танец.</u></p> <p>1. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к началу движения (ладошка на талии); - хлопки в ладоши; - взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.); - положение «полочка» (руки перед грудью); - положение «лодочка». <p>2. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая); - простой бытовой шаг; - «Пружинка»-маленькое тройное приседание (по 6 позиции); - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса; - battementtendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере; - battementtendu вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием; - притоп простой, двойной, тройной; <p>- ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами;</p> <ul style="list-style-type: none"> - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции; - простой приставной шаг с притопом; -поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без); - приставной шаг с приседанием; - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота; - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам , лицом друг к другу (положение рук «лодочка»); - «елочка»; - «ковырялочка»; - поклон в русском характере (без рук). <p>3. Танцевальные комбинации.</p>
7.	<p>Танцевальные этюды, танцы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетный танец «Лето».
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
9.	Итоговое контрольное занятие.
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 36 часов	

Календарно-тематический план.

Средняя группа.

(занятие 1 раз в неделю)

Месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Сентябрь	<u>Занятие 1.</u> <i>Вводное занятие.</i>	<u>Занятие 2.</u> <i>Партерная гимнастика.</i>	<u>Занятие 3.</u> <i>Партерная гимнастика.</i>	<u>Занятие 4.</u> <i>Партерная гимнастика.</i>
Октябрь	<u>Занятие 5.</u> <i>Постановка корпуса.</i> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия, колонка.	<u>Занятие 6.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал.	<u>Занятие 7.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - подготовка к началу движения (ладошка на талии). <i>Положения и движения ног:</i> - простой бытовой шаг вперед с каблука.	<u>Занятие 8.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - 6 позиция. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов). <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах.
Ноябрь	<u>Занятие 9.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - движения по линии танца, против линии танца.	<u>Занятие 10.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса. <i>Упражнения для разминки:</i> - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.	<u>Занятие 11.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - «Цапелки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра.	<u>Занятие 12.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7). <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - sote (6 позиция).

Декабрь	<p><u>Занятие 13.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (выворотные 1,2,3)</p>	<p><u>Занятие 14.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая).</p>	<p><u>Занятие 15.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрыванием рук в стороны. <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - постановка кисти; - подготовительная позиция; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к началу движения.</p>	<p><u>Занятие 16.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - позиции рук (1-3); - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.</p>
Январь	<p><u>Занятие 17.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - раскрывание и закрывание рук. <i>Положения и движения ног:</i> - relieve по 6 позиции подряд на каждый сет муз. такта и с фиксацией наверху.</p>	<p><u>Занятие 18.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie (1 поз.). <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu вперед, сторону на носок с переводом на каблук в русском характере.</p>	<p><u>Занятие 19.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu на носок с переводом на каблук и одновременным приседанием. <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши.</p>	<p><u>Занятие 20.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.</p>
Февраль	<p><u>Занятие 21.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед). <i>Положения и движения ног:</i> - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции).</p>	<p><u>Занятие 22.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.). <i>Положения и движения ног:</i> - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.</p>	<p><u>Занятие 23.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.</p>	<p><u>Занятие 24.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения рук:</i> - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью). <i>Положения и движения ног:</i> - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).</p>

Март	<p><u>Занятие 25.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - 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> <i>Положения и движения ног:</i> - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам, лицом друг к другу. <i>Положения и движения рук:</i> - «Лодочка» (положение рук в паре).</p>	<p><u>Занятие 27.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - «Ковырялочка»; - «Ковырялочка» (с притопом).</p>	<p><u>Занятие 28.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - «Елочка»; - поклон в русском характере (без рук).</p>
Апрель	<p><u>Занятие 29.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков.</p>	<p><u>Занятие 30.</u> <u>Танцевальные этюды:</u> - сюжетный танец «Лето».</p>	<p><u>Занятие 31.</u> <u>Танцевальные этюды:</u> - сюжетный танец «Лето».</p>	<p><u>Занятие 32.</u> <u>Танцевальные этюды:</u> - сюжетный танец «Лето».</p>
Май	<p><u>Занятие 33.</u> <u>Танцевальные этюды:</u> - 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>

Список литературы:

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