

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 308 «ЗВЕЗДОЧКА» Г. ЧЕЛЯБИНСКА»  
ул. Калинина, 24а, г. Челябинск, 454084 Тел.: +7 (351)791-26-81  
ул. Худ. Русакова, 5а, г. Челябинск, 454021 Тел.: +7 (351)740-34-44  
Е – mail: [mdou308kalin@mail.ru](mailto:mdou308kalin@mail.ru)

---

Рассмотрено и принято  
На заседании педагогического совета  
Протокол №1 от 28.08.2019г

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ  
/ Семеняк О.А.  
Приказ № 20 от 28.08.2019



**Рабочая программа  
педагога дополнительного образования  
художественной направленности  
(хореография)  
для детей 3-7 лет**

Челябинск 2019

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Согласно Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" в образовательной области «Художественно - эстетическое развитие» выделена задача реализации самостоятельной творческой деятельности детей.

Содержание программы составлено с учетом принципов и подходов к формированию образовательных программ, отраженных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования:

полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития;

построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка;

содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

сотрудничество ДООУ с семьей;

приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в художественно-эстетической деятельности;

возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

учет этнокультурной ситуации развития детей.

Нормативно-правовую основу для разработки программы составляют:

-Образовательная программа дошкольного образовательного учреждения

-Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

-Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г.

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»

-Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26"Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций".

В последнее время необходимость в двигательной активности детей возросла, это связано с увеличением нагрузок образовательного процесса, неправильным питанием и как следствие — ожирением. Также увеличением числа различных заболеваний, которые проявляются в раннем детстве.

«Движение - это жизнь. Ничто так не истощает и не ослабляет человека, как продолжительное бездействие» - Аристотель. Данной проблемой занимались такие авторы как В.А. Доскин и Л.Г. Голубева, Г.М. Кулик и Н.Н. Сергиенко. Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста очень велика и именно занятия хореографией помогают творчески реализовать эту проблему, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укрепляет скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание и воображение ребенка.

Раннее детство - период интенсивного физического и психического развитие детей. Именно в этом возрасте умственное и нравственное развитие ребенка особенно зависит от его физического состояния и настроения. В последнее время неуклонно уменьшается число здоровых детей. Выявлено большое количество детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, поэтому необходим поиск новых развивающих технологий, которые помогут на начальном этапе исправить имеющиеся отклонения в развитии. Дети с отклонениями наиболее подвержены переутомлению, снижению их функциональных возможностей, что отрицательно влияет на перспективы их

дальнейшего развития.

В дошкольном возрасте нарушение осанки, деформация стопы обусловлены слабостью мышечного и связочного аппарата. Основным способом исправить и предотвратить эти недостатки являются занятия хореографией. Разработана целая система упражнений направленных на укрепление мышц и связок.

Дети, занимающиеся основами хореографии, к моменту поступления в школу владеют достаточно прочным запасом двигательных навыков, обладают хорошей памятью, вниманием, фантазией. Для них характерна правильная осанка, высокая работоспособность, целеустремленность. Все это помогает ребятам быстрее адаптироваться к новым требованиям, которые предъявляются в учебной деятельности.

Данная программа составлена с учетом Образовательной программы Дополнительного образования детей - «Хореография» Т.М. Липатовой, программы по «Ритмике и классическому танцу» Таракановой О.В., программы по хореографии для дошкольников «Танцевальная мозаика» Конопаевой С.В.

Целью данной программы является развитие творческих способностей детей, приобщение к искусству танца.

Основные задачи:

1. Развитие силы, выносливости, ловкости, гибкости, координации движений, умение преодолевать трудности.
2. Содействие формированию правильной осанки и предупреждению плоскостопия.
3. Развитие чувства ритма, восприятие музыкальных образов, способность выражать их в движении, согласовывая с характером музыки.
4. Избавление от стеснительности, зажатости, комплексов (проявить индивидуальность, творчески раскрыться).

## **Возрастные и индивидуальные особенности**

*Вторая младшая и средняя группы* - это дети, начинающие занятия хореографией. Самое главное для данного возраста - суметь заинтересовать ребенка, научить слышать музыку (окончание музыкальной фразы выделять паузами или хлопками), научить запоминать свое место в зале, а впоследствии и в танце. Обучение движениям должно начинаться с наименования упражнения, показа и объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Объяснение техники должно быть лаконичным, целенаправленным, понятным. Занятие должно быть выстроено таким образом, чтобы дети не устали и не потеряли интерес, хорошо подойдут для этого музыкально-танцевальные игры. Также детей нужно знакомить с музыкой, передающей разнохарактерные образы, - от веселых, беззаботных или лирических, до энергичных, волевых. Сопоставление конкретных музыкальных образов обогащает и организует эмоциональный мир ребенка, а способность уложить свои движения во времени, в соответствии с различным метроритмическим строением, положительно влияет на развитие слуха. В четыре года ребенку сложно сочетать движения рук, ног и головы одновременно, поэтому лучше использовать поочередную работу. Занятия должны проходить в игровой форме - можно использовать логарифмику Железновой.

*Старшая группа.* Дети пяти лет уже обладают начальными музыкально-ритмическими навыками. Характер в этом возрасте только складывается, но дети уже обладают некоторой настойчивостью в достижении желаемого, способны ставить перед собой определенные цели. Они осваивают право- и леворукость. Дети способны запоминать и выполнять более сложные упражнения. Первый раз движение показывается с полной амплитудой, с

соблюдением всех требований, предъявляемых к его характеру и форме. Далее можно демонстрировать отдельные части движения в более медленном темпе, сосредотачивая внимание на важных деталях.

Танцевальные способности в этом возрасте следует развивать, в равной степени работая над движениями рук, ног и головы. Упражнения строго дозируются: движения, требующие большого мышечного напряжения, чередуются с движениями на расслабление. Занятия проводятся увлекательно, в темпе, чтобы дети уходили с него с чувством удовлетворения и чтобы с каждым днем они приобретали все больше знаний и навыков. Вводятся игровые этюды с использованием импровизации.

*Подготовительная группа.* Дети шести лет уже отлично ориентируются в пространстве. Движения можно исполнять в продвижении, со сменой ракурсов. Рисунки танца усложняются, ребенок может усвоить различные перестроения. В уроке используется больше упражнений на развитие физических данных, растяжки и гибкости.

Программа рассчитана на три года обучения - на среднюю, старшую и подготовительную группы. Занятия проводятся 2 раза в неделю в каждой возрастной группе, исходя из календарного года (с 1 сентября текущего по 31 мая) количество часов, отведенных на занятия, будет равняться 72 часам для каждой возрастной группы.

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

#### **Организационные условия реализации программы**

Год	Продолжительность	Периодичность	Количество
обучения	занятий	в неделю	часов в

1			неделю
1-2 год обучения	1 час (по СанПиНу-20 минут)	2 раза	2 часа
3 год обучения	■ 1 час (по СанПиНу-25 минут)	2 раза	2 часа
4 год обучения	1 час (по СанПиНу-30 минут)	2 раза	2 часа

### **Методы и приемы, используемые в работе с группами**

*Метод показа.* Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом, это необходимо, чтобы ребята видели упражнение в законченном виде и в идеальном исполнении.

*Словесный метод.* Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Они должны быть краткими, точными и конкретными. Детей с первых же занятий нужно познакомить со специальными терминами.

*Музыкальное сопровождение как методический прием.* Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.

*Импровизационный метод.* На начальном этапе импровизации педагог зачастую сталкивается с мышечной зажатостью малышей, стеснительностью. Путем различных упражнений, этюдов, игр можно помочь детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность.

*Метод иллюстрационной наглядности.* Полноценная творческая деятельность должна включать в себя небольшие рассказы о танцевальной культуре прошлых столетий, просмотр фотографий или иллюстраций, концертных номеров детских хореографических коллективов. Далее необходимо выяснить все ли понятно детям, понравилось или нет, помочь разобраться в увиденном.

*Игровой метод.* При обучении детей движениям хорошо использовать игровые приемы, способствующие эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений (например: «Полетели как птицы»). Это понятно и увлекательно для детей.

*Концентрический метод.* По мере усвоения детьми определенных танцевальных движений идет возврат к пройденному материалу, но с небольшими усложнениями.

Программой предусмотрены следующие формы занятий:

-групповые

-индивидуальные

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки**

К концу второго года обучения, дети будут знать:

- правила поведения в зале^на сцене;
- характер музыки, темп;
- названия движений.

Уметь:

- построиться на месте, перестроиться в колонны, на круг;
- приветствовать учителя;
- выполнять простые танцевальные движения;
- исполнять легко и эмоционально танцы и танцевальные этюды.

К концу третьего года обучения, дети будут знать:

- элементы классического танца;
- элементы народного танца;
- понятия и термины простейших движений (поклон, приседание, подскоки, повороты и т.д.);
- правила исполнения движений (красивая, ровная осанка, легкость, музыкальность);
- понятие о пространстве зала (где зрители, центр зала, линии танца; самостоятельно находить свободное место в зале).

Уметь:

- приветствовать учителя и друг друга;
- грамотно выполнять танцевальные движения;
- реагировать на темповые и динамические изменения в музыке;
- отмечать сильную долю такта;
- исполнять народные пляски, хореографические композиции.

К концу четвертого года обучения, дети будут знать:

- музыкальный ритм, размер 2/4, 4/4, 3/4;
- танцевальные формы;
- правила ориентации в пространстве: построение квадрата, круга, -понятия и термины программных движений
- правила исполнения движений диагонали в зале

Уметь:

- перестроиться из одного танцевального рисунка в другой;
- свободно ориентироваться в зале;
- передавать хлопками ритмический рисунок;
- выполнять элементы танцевальной программы;
- выполнять упражнения классического и народно-сценического танца;
- выразительно исполнять танцы репертуарного плана.

Контроль знаний и умений воспитанников проводится на тематических утренниках и концертах в течение всего учебного года.

Формой подведения итогов реализации программы - это участие в районных и городских конкурсах и фестивалях.

### **Содержание мониторинга степени освоения детьми 3-5 лет основ хореографического искусства**

#### 1 Чувство ритма

Задание:

- А. Пройти под музыку (марш 2/4)
- Б. Прохлопать простейший ритмический рисунок (2/4)

Критерии:

Высокий уровень: ребенок четко марширует под музыку, точно повторяет

режим хлопков, быстро запоминает ритмический рисунок.

Средний уровень: Допускает 1 - 2 незначительные ошибки, ритм воспроизводит не точно.

Низкий уровень: не включается в ритм марша, не может повторить ритм хлопков.

## 2 Координация движений Задание:

А. Движение по показу: ножницы (движение по вертикали и горизонтали руками).

Б. Игра «Светофор» (красный - руки вверх, желтый - в сторону, зеленый - присели.)

Критерии:

Высокий уровень: свободно и легко двигается, точно соблюдая правила игры.

Средний уровень: затрудняется двигаться, качество движений снижается, двигается неуверенно, иногда нарушает правила игры. Низкий уровень: не согласует свои движения, не соблюдает правила игры.

## 3 Артистичность

Задание: Игра «Оживи картинку» (нужно изобразить как двигается сказочный герой, животное, птица предложенной картинки).

Критерии:

Высокий уровень: ребенок с удовольствием включается в игру, точно и ярко передает игровой образ, образно-игровые движения выразительны, естественны, согласуются с изменением характера музыки.

Средний уровень: Ребенок включается в игру, но недостаточно ярко и эмоционально передает игровой образ, движения не всегда согласуются с характером музыки.

Низкий уровень: Ребенок не хочет учувствовать в предложенной игре; если участвует, то не может передать образ, движения не выразительны, не эмоциональны и не соответствуют характеру музыки.

## 4 Двигательная память

Учимся запомнить танцевальное движение.

Критерии.

Высокий уровень: интерес и яркие эмоции во время движений под музыку, легко запоминает последовательность.

Средний уровень: интерес к движениям под музыку проявляется недостаточно ярко, запоминает при нескольких повторах.

Низкий уровень: не запоминает последовательность движений.

5 Физические данные:

Выворотность ног- Упражнение «Лягушка».

Гибкость - Задание: наклоны туловища вперед, назад, вперед.

Подъем стопы - «Из положения сидя, достать носочком ноги до пола».

Прыжок в высоту - Предложить прыгнуть, как можно выше и легче.

**Протокол обследования степени освоения детьми 3-5 лет основ хореографического искусства.**

И Ф ребенка	Оценка уровня освоения программы по хореографии									
	Чувство ритма		Координация движений		Артистичность	Двигательная память	Двигательная память			
	Пройти под музыку	Прохлопать простейший ритмический рисунок	Движение по показу	Игра «Светофор»	Игра «Оживи картинку»	Учимся запоминать танцевальное движение	Выворот ног	Гибкость	Подъем стопы	Прыжок в высоту

Оценка результатов:

Высокий уровень 25-30 баллов

Средний уровень 15-24 баллов

Низкий уровень менее 14 баллов.

## Содержание мониторинга степени освоения детьми 6-7 лет основ хореографического искусства.

### 1. Чувство ритма

Задания:

А) Прохлопать ритмический рисунок без музыкального сопровождения.

Б) Прохлопать ритмический рисунок знакомой мелодии.

Критерии:

Высокий уровень: Ребенок самостоятельно повторяет ритмический рисунок после показа педагога.

Средний уровень: Ребенок повторяет ритмический рисунок без ошибок, но совместно с педагогом.

Низкий уровень: Ребенок затрудняется или не может повторить ритмический рисунок даже совместно с педагогом.

2. Музыкально-ритмическая координация - умение координировать(согласовывать) движения частей тела во времени и пространстве под музыку для «решения конкретной задачи.

Задания:

А) Пройти под ритмичную музыку (по выбору педагога) координируя при этом движения рук ног и головы. Б) Пройти под музыку меняя движение со сменой характера музыкального произведения (от шага к бегу, от бега к подскоку). В)

Умение ориентироваться в пространстве сценической площадки, соблюдать интервалы. Критерии:

Высокий уровень: Самостоятельное исполнение.

Средний уровень: С помощью педагога.

Низкий уровень: Не справляется с заданием.

3. Двигательная память - одна из особенностей координации, зависящая от работы зрительного и вестибулярного аппарата и других органов.

Задания:

А) Повторить танцевальную комбинацию на основе знакомых движений.

Критерии:

Высокий уровень: Ребенок самостоятельно повторяет движение или комбинацию, после показа педагога.

Средний уровень: Ребенок повторяет с подсказкой педагога.

Низкий уровень: Ребенок не может запомнить движение и исполнить его, даже с подсказками педагога.

#### 4. Артистичность.

Задания:

Игра изобразительного характера, связанная с передачей того или иного образа (животных, птиц, сказочных героев)

Критерии:

Высокий уровень: Ребенок с удовольствием, активно включается в игру, точно и ярко передает игровой образ.

Средний уровень: Ребенок включается в игру, но недостаточно ярко передает игровой образ.

Низкий уровень: Ребенок не хочет участвовать в предложенной игре, если участвует, то не может передать образ

Оценка результатов:

Высокий уровень 25-30 баллов

Средний уровень 15-24 баллов

Низкий уровень менее 14 баллов.

## Учебно-тематический план

### Первый-второй год обучения

Месяц	Тема занятия
сентябрь	Вводное занятие
сентябрь	Знакомство детей с самыми простыми упражнениями
сентябрь	Изучение танцевального шага, бега, постановки корпуса
сентябрь	Умение держать линию, найти свое место в зале, изучение поклона.
октябрь	Подготовка к празднику осени, изучение этюда
октябрь	Изучение рисунков танца на примере простых шагов. Повороты вправо и влево.
октябрь	Упражнения на середине и партерные
ноябрь	Выступление на детском утреннике
ноябрь	Танцевальные игры. Упражнения на развитие координации, музыкальности
ноябрь	Изучение танцевального номера
декабрь	Отработка танцевального номера
декабрь	Упражнения развивающие правильную осанку
декабрь	Танцевальные игры
декабрь	Выступление на утреннике
январь	Упражнения на полу, развивающие мышцы спины, пресса
январь	Работа над постановкой корпуса
февраль	Подготовка танцевального номера

февраль	Постановка рук, корпуса, головы в парах
февраль	Упражнения на полу
март	Выступление на утреннике
март	Упражнения для развития выворотности. Прыжки
март	Продвижение по диагонали. Изучение танцевального номера
апрель	Отработка танцевального номера
апрель	Постановка рук, корпуса, головы в русском народном танце. Танцевальные игры
май	Постановка рук, корпуса, головы в парах, в характере русского народного танца
май	Изучение танцевальных рисунков. Подготовка к отчетному концерту
май	Отчетный концерт

### Третий год обучения

Месяц	Тема занятия
сентябрь	Вводное занятие
сентябрь	Повторение танцевального шага, бега. Изучение поклона
сентябрь	Танцевальные игры, импровизация
сентябрь	Упражнения на полу
октябрь	Подготовка танцевального номера к празднику осени
октябрь	Упражнения, формирующие правильную осанку
октябрь	Изучение этюда. Изучение танцевальных рисунков на примере бега
ноябрь	Выступление на утреннике
ноябрь	Танцевальные игры, упражнения для развития

	координации, музыкальности
ноябрь	Подготовка танцевального номера к Новому году. Упражнения на полу, развивающие физические данные ребенка (выворотность, гибкость, шаг)
декабрь	Упражнения, развивающие правильную осанку
декабрь	Постановка танцевального номера
декабрь	Прыжки
декабрь	Выступление на утреннике
январь	Упражнения на полу, развивающие мышцы спины, пресса
январь	Работа над постановкой корпуса
январь	Упражнения в продвижении по диагонали. Разнообразии танцевальных рисунков
февраль	Подготовка танцевального номера
февраль	Постановка рук, корпуса, головы в парах
февраль	Отработка номера, прыжки
февраль	Выступление на утреннике
март	Отработка номера
март	Выступление на утреннике
март	Упражнения для развития выворотности
март	Прыжки, учебно-танцевальные комбинации. Танцевальные игры
апрель	Постановка танцевального номера
апрель	Импровизация
апрель	Отработка номеров к отчетному концерту
май	Подготовка к отчетному концерту
май	Повторение всех номеров
май	Отчетный концерт

#### Четвертый год обучения

<b>Месяц</b>	<b>Тема занятия</b>
сентябрь	Вводное занятие
сентябрь	Учебно-танцевальные комбинации на месте и в продвижении. Упражнения на полу, развивающие правильную осанку
сентябрь	Упражнения на полу (гибкость, выворотность, шаг)
октябрь	Постановка танцевального номера
октябрь	Танцевальные игры - импровизация, «Оживи картинку», «Художник»
октябрь	Отработка танцевальных номеров
ноябрь	Выступление на утреннике
ноябрь	Танцевальные игры, упражнения на развитие координации, музыкальности
ноябрь	Подготовка танцевального номера
ноябрь	Выступление на утреннике
ноябрь	Танцевальные игры, упражнения на развитие координации
ноябрь	Подготовка танцевальных номеров. Работа над развитием хореографических данных (постановка спины, растяжки, работа стоп, выворотность)
декабрь	Отработка танцевальных номеров. Прыжки. Импровизация.
декабрь	Упражнения на середине в характере русского народного танца
декабрь	Выступление на утреннике
январь	Упражнения на полу. Прыжки. Этюд на рисунки
январь	Упражнения в продвижении по диагонали. Подготовка к конкурсу
февраль	Подготовка танцевального номера

февраль	Упражнения на полу, танцевальные игры
февраль	Отработка танцевальных номеров
март	Прыжки. Учебно-танцевальные комбинации
март	Выступление на утреннике
март	Упражнения на развитие хореографических данных. Подготовка к конкурсу
апрель	Подготовка танцевальных номеров
апрель	Отработка номеров к выпускному и отчетному концерту
май	Танцевальные игры
май	Отчетный концерт
май	Выпускной

### **Санитарно-гигиенические требования**

Занятия должны проводиться в кабинете, соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо также наличие аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Для проведения занятий необходимо следующее материально-техническое оснащение: игрушки, другие атрибуты в необходимом для занятий количестве, музыкальный центр и прочее.

Кадровое обеспечение: педагог, руководитель кружка, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее специальное образование по специализации «хореография», а также обладать необходимыми знаниями по детской психологии.

## **Содержание 1-2 года обучения**

### *Вторая младшая, Средняя группа*

#### Сентябрь

1. Марш на месте и в продвижении
2. Бег на носочках
3. Положение рук на поясе
4. Пружинки с поворотом корпуса
5. вынос ножки на пяточку
6. Игра «Найди свой домик» (помогает запомнить свое место в линиях)
7. Поклон (общий для мальчиков и девочек)

#### Октябрь

1. Танцевальный этюд, направленный на изучение танцевальных рисунков - круг, 2 круга, 2 линии
2. Работа рук (положение на пояс, в стороны, вверх, скрещенное положение рук в парах)
3. Повороты на одном месте (марш) на 4 такта в каждое направление
4. наклоны корпуса

#### Ноябрь

1. Танцевальная игра «Мячики»
2. Танцевальная игра «Паровозик»
3. Вынос ножки на пяточку в сочетании с хлопками вперед, в стороны
4. Пружинки на месте в сочетании с хлопками (руки над головой)
5. Упражнение «Вот какие мы» (И.Э. Бриске «Упражнения, этюды, танцы для дошкольников»)
6. Упражнение «Окошечко» (И.Э. Бриске)
7. Притопы ногой в сочетании с хлопками
8. Бег с захлестом назад на месте и в продвижении

## Декабрь

1. Упражнение «Елочка» - постановка корпуса (И.Э. Бриске)
2. Упражнение «Принц и принцесса» - постановка головы (И.Э. Бриске)
3. «Елочка», «Принц и принцесса» в продвижении по кругу, соло и в паре
4. танцевальная игра «Превращение» - импровизация

## Январь

1. Упражнение на полу - «Большие шаги» (ноги поочередно, а затем вместе поднимаются до положения прямого угла)
2. Упражнение на полу кораблик (исполняется лежа на животе, поднятие рук и корпуса вверх, ноги на полу)
3. Упражнение на полу «Веселые человечки» («Складка» в игровой форме)
4. Упражнение на полу «Тик-так» (Ноги в стороны, корпус прямой, опускания корпуса к ноге, растяжка в сочетании с прямым подтянутым корпусом)
5. Упражнения для стоп в положении сидя

## Февраль

1. Постановка рук, корпуса, головы в парах
2. Продвижения в парах по кругу, по диагонали, в сочетании с хлопками (полька)
3. Вынос ножки на пяточку в сочетании с поворотами корпуса
4. Приставные шаги по кругу в сочетании с пружинкой

## Март

1. Упражнение «Бабочка» (сидя на полу, ноги раскрыты в стороны - стопа в стопу)
2. Упражнение на полу «Лягушка»
3. Повороты на полупальцах вокруг себя, руки в стороны
4. Галоп по кругу
5. Подскоки по диагонали
6. Бег на полупальцах по диагонали «Птички»
7. Бег с захлестом по диагонали
8. Прыжки (ноги врозь-вместе)

## Апрель

1. Шаг с носка, руки в стороны (в характере русского народного танца)
2. Хлопушки для мальчиков
3. Притопы ногой в сочетании с поворотами корпуса
4. Шаги из стороны в сторону в сочетании с притопами

## Май

1. Простые шаги в повороте в парах
2. Продвижение по кругу в парах
3. Повороты в парах (под руку друг с другом)
4. «Воротики» в парах
5. Повторение и отработка танцевальных номеров

## **Содержание 3 года обучения**

### *Старшая группа*

## Сентябрь

1. Поклон для мальчиков
2. Поклон для девочек
3. Подскоки на месте и в продвижении
4. Прыжки «Врозь - вместе»
5. Танцевальная игра «Превращение»
6. Галоп вправо, влево

## Октябрь

1. Упражнение на полу «Кораблик»
2. Упражнение на полу «Коробочка»
3. Упражнение «Елочка» (И. Э. Бриске)
4. Бег на полупальцах в сочетании с работой рук (волнообразные движения руками)
5. Изучение этюда со сменой рисунков на примере танцевального бега (2 линии, «прочес», круг, диагональ, круг в круге)

## 6. Изучение танца с предметом - зонтик

### Ноябрь

1. Галоп в сочетании с хлопками вправо и влево
2. Шаги с высоким поднятием бедра в сочетании с работой рук
3. Прыжки по второй свободной позиции в сочетании с хлопками
4. Вынос ножки на пяточку в сочетании с глубокой пружинкой и работой рук (круговые движения руками)
5. Шаги с вытянутого носка по одной линии
6. Повороты на полупальцах, руки в стороны
7. Элементы народного танца.

### Декабрь

1. Приставные шаги в сторону в сочетании с пружинкой
2. Шаги по одной линии назад в сочетании с поворотом
3. Подвороти корпуса на полупальцах в сочетании с plie
4. Упражнение «Цветочек» (для осанки)
5. Прыжки «Врозь - вместе», по второй позиции, на одной ноге
6. Шаг польки

### Январь

1. Упражнение на полу «Плывем» (лежа на животе, укрепляет мышцы спины)
2. Растяжка на полу (положение сидя, ноги раскрыты в стороны как можно шире, корпус опускается к ноге, затем выпрямляется)
3. Упражнение на полу «Большие шаги»
4. Упражнение «Лягушонок» (сидя, ноги раскрыты в стороны, стопа в стопу, повороты и наклоны корпуса)
5. «Складка» на полу
6. Галоп в сочетании с шагом польки

### Февраль

1. Марш на месте в сочетании с выпадами в сторону
2. Повороты вокруг себя по четырем точкам - марш (на каждый такт

полуоборот)

3. Приставные шаги из стороны в сторону в сочетании с работой рук (танец для мальчиков «Три танкиста», положение руки - в сторону у виска), линейное построение

4. Упражнение «Лепестки» на колене

5. Шаги с вытянутого носка

6. Бег на полупальцах, повороты (смена танцевальных рисунков)

Март

1. Упражнение «Лягушка» на полу

2. Упражнение «Летучая мышь» на полу («Танцевальная мозаика» С.Л.

Слуцкая, игровой стретчинг)

3. Упражнение «Коробка с карандашами» (складка на полу)

4. Упражнение «Носорог» («Танцевальная мозаика»)

5. Приставной шаг с хлопками над головой (эстрадный танец)

Апрель

1. Парная импровизация

2. Импровизация на полу

3. Импровизация с ведущим

4. Танцевальная игра «Магазин игрушек»

Май

Повторение и отработка хореографических номеров, подготовка к отчетному концерту

**Содержание 4 года обучения**

*Подготовительная группа*

Сентябрь

1. Галоп в сочетании с пружинками, хлопками, поворотами корпуса, поворотами

2. Упражнение для постановки рук и осанки - «Шарик» (первая, подготовительная, третья позиция рук; на полупальцах, на всей стопе)
3. Упражнение «Птицы»
4. Упражнение на полу «Карандаши» («Танцевальная мозаика»)
5. Упражнение на полу «Летучая мышь» (растяжка)
6. «Складка» на полу
  
7. Упражнение для стоп (поочередное поднятие на полупальцы, сидя на полу, шаги с вытянутого носка)
8. Элементы классического танца

### Октябрь

1. Бег с высоким поднятием бедра, на месте, в продвижении и в повороте
2. Многообразие танцевальных рисунков, движения - бег с высоким поднятием бедра
3. Прыжки
4. Шаги с вытянутого носка в сочетании с пружинкой (мягкий шаг)
5. Работа рук - первая, вторая, третья позиции

### Ноябрь

1. Танцевальная игра «Художник» (импровизация, остановиться в красивой позе, у кого лучше всех - тот художник)
2. Контактная импровизация
3. Импровизация с ведущим
4. Переход по второй позиции через plie с ноги на ногу

### Декабрь

1. Подскоки в парах
2. Шаг польки в парах
3. Прыжки поочередно на одной и двух ногах
4. «Ковырял очка»
5. «Маятник»

6. Шаг вперед с проскальзывающим ударом стопы об пол
7. Повороты корпуса в сочетании с тройным притопом
8. Упражнение «Окошечко» вправо, влево
9. Приставной шаг

67

10. Положение рук в парах в характере русского народного танца

### Январь

1. Упражнение на полу «Большие шаги»
2. Упражнение на полу «Коробочка»
3. Галоп вправо, влево по диагонали
4. Бег с захлестом в сочетании с хлопками по диагонали
5. Приставной шаг с полуповоротом с разных ног (в продвижении по диагонали)
6. Стремительный бег на полупальцах, руки - «крылья»
7. Шаг с вытянутого носка в сочетании с выпадом на колено

### Февраль

1. Марш в сочетании с выпадами вправо, влево
2. Бег с высоким поднятием бедра
3. Приставные шаги с полуповоротом
4. «Березка» упражнение на полу

### Март

1. Приставные шаги в сторону в сочетании с хлопками
2. Вынос ножки на пяточку в положение croisee поочередно во вторую и в восьмую точку
3. Шаги вперед на пяточки (по второй позиции и обратно)
4. Пружинки в сочетании с хлопками

## Апрель

1. Повороты в парах
2. Девочка обходит мальчика (мальчик на колене)
3. Положение в паре «лодочка», раскрыться
4. Положение в паре - мальчик ведет девочку
5. Переход на рліе через вторую позицию, с ноги на ногу в паре
6. Повороты в парах
7. Соло мальчиков, соло девочек - вальс

## Май

Отработка танцевальных номеров к выпускному

### **Критерии оценивания**

1. Умение слышать музыку и выполнять движения в такт
2. Выворотность в тазобедренном суставе
3. Умение тянуть стопы
4. Правильная осанка (спина ровная, плечи опущены, шея вытянута)
5. Легкость и высота в прыжках
6. Гибкость
7. Умение быстро реагировать на замечание педагога и исправлять ошибки

### **Перечень учебно-методического материала.**

1. Н.В. Зарецкая «Веселая карусель» (танцы для детей 4 лет, танцевальные игры)
2. И. Каплунова «Праздник каждый день» (танцы, игры для детей средней группы)
3. И. А. Кутузова «Музыкальные праздники» (детские утренники с участием родителей)
4. С. Л. Слуцкая «Танцевальная мозаика» (упражнения для дошкольников,

танцевальные игры, конспекты занятий, танцевальные игры для дошкольников).

**Материально — техническое обеспечение программы.**

- специальные, хорошо проветриваемые помещения с гладким полом;
- наличие зеркал;
- наличие света;
- наличие музыкальных инструментов: пианино, магнитофон, видео и теле-аппаратура;
- наличие расписания;
- наличие сцены для репетиционных занятий;
- балетные туфли, форма для занятий; V
- коврики для занятий на полу.