

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №88 «Центр развития ребенка «Улыбка» г.Белгорода

Принята  
Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 31.08.2023г.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 88

Подбельцева Т.М.

Приказ № 40 от 31.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ-ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ СОВРЕМЕННЫМ  
ТАНЦАМ « ТАНЦЕВАЛЬНАЯ МОЗАИКА»**

*для воспитанников ДОУ 4-7 лет  
срок реализации 4 года*



**Разработала:  
Рябых В.Н**

**г. Белгород 2023г.**

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

Пояснительная записка.

Хореография - это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. 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.

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми.

Дети познают многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

**Новизна** программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм. программа заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий.

При составлении программы использовались следующие программы и технологии: « Танцуем вместе» Троценкова Н.Ю. « Танцевальная ритмика для детей» Пожанова В.Н.

**Цель программы:** приобщить 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.

### **Задачи программы:**

**Обучающие:** научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного, историко-бытового и бального танца, музыкальной грамоте, основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

- сформировать правильную осанку, ходьбу.
- научить двигаться в соответствии с характером музыки.
- слышать сильную долю в музыке.
- выполнять образные, простейшие танцевальные движения.
- разучить основные танцевальные элементы, движения.

**Воспитывающие:** воспитание эстетически-нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбию, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе.

- воспитывать эмоциональный отклик на музыку;
- помочь понять музыку и вызвать желание двигаться в соответствии с динамикой и тембром музыки;
- вызвать у детей хорошее настроение от музыкально-ритмических движений;
- воспитать в детях положительно нравственные устои.

**Развивающие:** развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству.

- развивать у ребенка интерес к танцу в игровой форме, используя сюжетно-ролевые этюды;
- укреплять мышечный аппарат;
- развивать музыкальные способности;
- развивать навыки координации движений;
- развивать пространственную ориентировку;
- развивать творческие способности, используя знакомые движения в свободных этюдах, играх.

Программа «Танцевальная мозаика» ориентирована на детей дошкольного возраста от 3-х до 7-ми лет. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

### **Принципы программы:**

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);

- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

### **Методические приемы:**

Методические приемы:

*Игровой метод*- Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

*Наглядный метод* – выразительный показ под счет, с музыкой.

*Метод аналогий* - в программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

*Словесный метод* - это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

*Практический метод* - заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

## **ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ.**

### **Дети 3 – 4 лет. Первый год обучения.**

Дети младшего школьного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер.

*Приоритетные задачи:*

- воспитание интереса, потребности в движении под музыку;
- развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпом ритмом музыки;
- обогащение слушательского и двигательного опыта.

### **Дети 4 – 5 лет. Второй год обучения.**

Для детей 4-5 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию

тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену частей музыки, в понимании пауз.

*Приоритетные задачи:*

- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений,
- воспитание самостоятельности в исполнении,
- побуждение детей к творчеству,
- стимулирование индивидуальных проявлений детей, инициативность в танцевальной деятельности.

**Дети 5-6 лет. Третий год обучения.**

В возрасте 5-6 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнительстве, эмоционально осознанное восприятие. Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения.

*Приоритетные задачи:*

- умение оперировать музыкальными представлениями;
- продолжать формировать умение сочетать пантомиму, танец, пластику;
- учить отражать в танцевальных импровизациях изменения в музыкальном образе;
- вводить элементы балетного и современного массового танца.

**Дети 6-7 лет. Четвертый год обучения.**

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

*Приоритетные задачи:*

- развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

Обучая дошкольников по данной программе, к концу года мы добиваемся следующих результатов:

**Первый год обучения (младшая группа).** Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нём, умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Умеют выполнять ритмические танцы комплексы упражнений первого года обучения. В музыкально- подвижной игре умеют представлять образы различных зверей, птиц, фигуры.

**Второй год обучения (средняя группа).** Дети знают назначение упражнений танцевально - ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие перестроения и построения. Умеют ритмично двигаться в различных темпах и ритмах и передавать хлопками и притопами различный ритмический рисунок, передавать характер движений.

**Третий год обучения (старшая группа).** Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.

**Четвёртый год обучения (подготовительная к школе группа).** Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

## СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

Программа предназначена для обучения детей 3 – 7 лет и рассчитана на 4 учебных года. Этот период можно определить, как первый этап в освоении азов ритмики, русского и балетного современного и эстрадного танцев. Долгосрочность освоения программы определяется: - постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы; - процессами психического развития ребенка; - большим объемом материала, много предметностью; - групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

**Занятия проводятся:** два раза в неделю. Длительность занятий на первом году обучения – 20 минут, на втором – 25 минут, третьем – 30 минут, четвертом- 35мин.

### СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

**Вводную часть** составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует **основная часть**, в которой реализуются задачи этапов обучения.

**Третья часть занятия** — музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы. Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается. Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения. Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

### ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия; - итоговое занятие;
- открытые занятия для родителей;

## ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Для реализации данной программы необходимо:

1. светлый, просторный, хорошо проветриваемый зал;
2. зеркальная стенка;
4. станок;
5. аудиопаратура
6. специальная тренировочная одежда и обувь для учащихся (спортивный купальник для девочек, трико для мальчиков, чешки)
7. учебный реквизит (погремушка, бубны, обручи, платочки, мяч, ленточки).

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Первый год обучения: 3-4 года.

(младшая группа)

месяц	Тема
	Вводное занятие
Сентябрь-октябрь	Ее величество музыка
Ноябрь	Играя, танцуем
Декабрь-январь	Игровой стрейчинг
Февраль	Азбука танца
Март - апрель	Рисунок танца
Май	Танцевальное ассорти (репетиционно – постановочная работа)
Итого	64 занятий в год

*Вводное занятие:* Знакомство с залом, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях.

**Тема «Ее Величество Музыка!»** (Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями).

Задачи:

1. Воспитывать у детей умение слушать музыку.
2. Учить воспринимать и оценивать музыку.
3. Развивать умение организовать свои действия под музыку.

*Содержание:*

1. Характер музыкального произведения.
  - Узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение этого в эмоциях, движениях: «Зайка», «Птички», «Мишенька-медведь», «Барабан», «Лошадки»



- Творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную: «Веселый и грустный зайка», «Чебурашка».
  - Создание заданного образа: воробей весело перелетает с ветки на ветку, раненый воробей, котик заболел, котик играет, игры «Жуки и бабочки», «Большая птица и маленькие птички»
1. Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный).
    - Слушая музыку, определить ее темп (в движении).
    - Творческое задание: изобразить зайку, мышку, лисичку, медведя
    - Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами.
  2. Динамические оттенки (громко, тихо)
    - Слушая музыку, определить динамические оттенки (в движении).
    - Творческое задание: изобразить хлопками (или пальчиками) дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо).
    - Игра «Тихо и громко».
  3. Ритмический рисунок.
    - Воспроизведение хлопками и притопыванием простого ритмического рисунка (быстро и медленно)
    - Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.
  4. Строение музыкального произведения (вступление, часть).
    - Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.
    - Игра «Побегаем, походим».
    - На примере изучаемых танцевальных этюдов учить самостоятельно начинать движение после вступления.

### **Тема «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)**

#### *Задачи:*

1. Развивать внимание
2. Развивать координацию движений
3. Развивать зрительную и слуховую память
4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов

#### *Содержание:*

1. Комплексы игровой ритмики «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес», «Веселые путешественники», «Лошадка», «Чебурашка», «Плюшевый медвежонок».
2. Движения рук («Путаница», «Догонялочки», «Жадина»)
3. Движения ног («Топотушки», «Переходим через лужу»)

### **Тема «Игровой стретчинг»**

#### *Задачи:*

1. Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат
2. Улучшать эластичность мышц и связок
3. Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат.

### *Содержание:*

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Рубим дрова», «Горка», «Черепашка», «Веточка», «Гребцы».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Лисичка», «Часики»,
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед».
5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Утюжок»
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница», «Ветер, ветерок»
7. Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка».
8. Композиция «Маленький цыпленок».

### **Тема «Азбука танца»**

#### *Задачи:*

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев.

#### *Содержание:*

1. Ходьба: - бодрая, - спокойная, - на носках, - топающим шагом, - ходьба на четвереньках
2. Бег: - легкий, - ритмичный, - передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»)
3. Прыжки: - на двух ногах вместе, - с продвижением вперед, - прямой галоп («лошадки скачут»).
4. Постановка корпуса
5. Позиции ног: I-я, VI-я
6. Подготовка к изучению позиций рук (этюды «Воздушный шар»)
7. Танцевальные положения рук: - на поясе, - за юбочку, - за спиной, - на поясе в кулачках.
8. Танцевальные движения: - поочередное выставление ноги на пятку, - поочередное выставление ноги на носок, - пружинки, - притопывание одной ногой, - притопывание двумя ногами.

### **Тема «Рисунок танца»**

#### *Задачи:*

1. Научить детей ориентироваться в пространстве.
2. Научить детей соблюдать интервалы
3. Самостоятельно находить свободное место в зале.
4. Перестраиваться в круг
5. Становиться в пары.

#### *Содержание:*

1. Рисунок танца «Круг»: - движения по линии танца (игра «Часы»); - движение в круг, из круга (игра «Надувала кошка шар»).
2. Игра «Дружно парами гуляем»
3. Свободное размещение в зале (игра «Горошины»)
4. Игра «Клубочек»
5. Игра «Паровозик».

**Тема «Танцевальное ассорти»** (репетиционно-постановочная работа)

*Задачи:*

1. Научить детей двигаться в соответствии с музыкой.
2. Развивать память, актерское мастерство.
3. Готовить к концертной деятельности. Этюды: «Ручеек и цветочки», «Пчелки и цветочки», «Снежинки-пушинки» «Тучка» Танцы: «Про маму», «Детская полечка», «Приглашение».» красные сапожки» «Часики» .

### **Второй год обучения 4-5 лет.** (средняя группа)

месяц	Тема
	Вводное занятие
Сентябрь-октябрь	Волшебное знакомство с танцем
Ноябрь	Ее величество музыка
Декабрь-	Игровой стрейчинг
январь	Веселая разминка
Февраль	Азбука танца
Март	Рисунок танца
Апрель	Играя, танцуем (ритмопластика)
Май	Танцевальное ассорти (репетиционно – постановочная работа)
Итого	64 занятий в год

**Вводное занятие:** Знакомство с залом, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях.

**Тема «Волшебное знакомство»** (Введение в предмет)

*Задачи:*

1. Познакомить детей с различными видами танца.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.

**Тема «Ее Величество Музыка»**

*Задачи:*

1. Закрепить знания, навыки, полученные на первом году обучения.

2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

3. Развитие музыкальной памяти.

*Содержание:*

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, регистр, ритмический рисунок, строение).

2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка, притопыванием).

3. Такт, ритмический рисунок.

• Творческая задача: поочередное вступление (канон) на 2/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.

• Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо».

4. Музыкальный жанр.

• Полька, марш, вальс (устно определить жанр)

• Игра: «Марш – полька – вальс».

**Тема «Игровой стретчинг»** (партерная гимнастика)

*Задачи:*

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям. 2. Развивать природные данные детей.

3. Исправлять дефекты осанки.

4. Укреплять физическое и психическое здоровье.

*Содержание:*

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Колечко», «Лодка», «Собачка», «Рыбка». «Качели», «Кораблик».

2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».

3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».

4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан», «Гуси»

5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».

6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».

7. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Крыло».

8. Игровая композиция «Утенок Кряк».

**Тема «Веселая разминка»**

*Задачи:*

1. Развивать внимание, память, координацию движений.

2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

*Содержание:*

Комплексы движений разминки: «Девочка и мячик» (один ребенок прыгает на одной ноге, а второй на корточках прыгает, как мячик) «Лягушки» (приседают, колени в сторону) «Цапли» (ходьба с поднятием то правого, то левого колена) «Травка растет» (сидя на корточках, поднимают правую, потом левую руку, потом постепенно встают, вырастают, поднимают руки вверх).

### **Тема «Азбука танца»**

#### *Задачи:*

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

#### *Содержание:*

##### Шаги:

- танцевальный шаг с носка,
- маршевый,
- хороводный.
- на полупальцах,
- поскоки,
- галоп,
- топающий шаг,

##### Бег:

- ходьба на четвереньках,
- ходьба полуприсядом,
- мелкий на полупальцах,
- передающий различные образы,
- с высоко поднятыми коленями,
- широкий («волк»),
- острый (бежим по «горячему песку»)

##### Прыжки:

- на двух ногах вместе,
- с продвижением вперед,
- прямой галоп «лошадки»,
- прыжки вокруг себя на 360° Экзерсис на середине:
  - позиции ног (I и VI),
  - постановка корпуса,
  - demi - plie в I – VI позиции;
  - battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
  - releve на полупальцы (в VI (невыворотной) позиции);
  - перегиб корпуса вперед и в сторону,
  - позиции рук: подготовительная, I-я, III-я.

### **Тема «Рисунок танца»**

#### *Задачи:*

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

*Содержание:*

1. Движение по линии танца.

2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории): - замкнутый круг; - раскрытый круг (полукруг); - круг в круге, - лицом в круг, спиной из круга; - круг парами. Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»: - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план); - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих)

**Тема «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)**

*Задачи:*

1. Развивать внимание

2. Развивать координацию движений

3. Развивать зрительную и слуховую память

4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов *Содержание:*

Повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций «Кораблики», «Красная шапочка», «Куклы с мишкой», «Антошка», «Волшебный цветок».

**Тема «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

*Задачи:*

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.

2. Подготовить к показательным выступлениям.

*Содержание:* Танцы: «Пчелки», «Курочка и цыплята», «Танец звездочек», «Матрешки».» «Чудики» « Конфетки» «Оранжевый танец» «Самовар» « Весёлые друзья» Пляски «Приглашение», «Топни, ножка моя», «Веселые гномики»

### **Третий год обучения 5-6лет.**

(старшая группа)

месяц	Тема
	Вводное занятие
Сентябрь	Волшебное знакомство с танцем
октябрь	Ее величество музыка
Ноябрь	Игровой стрейчинг
Декабрь	Партерный экзерсис
январь	Играя, танцуем (ритмопластика)
Февраль	Рисунок танца
Март	Народный танец
Апрель	Бальный танец

Май	Танцевальное ассорти (репетиционно – постановочная работа)
Итого	64 занятий в год

### *Вводное занятие*

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

### **Тема «Волшебное знакомство с танцем»**

#### *Задачи:*

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, балльными.
2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
4. Беседа о любимых танцах.

### **Тема «Ее Величество Музыка»**

#### *Задачи:*

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.
2. Расширить представления о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

#### *Содержание:*

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом). - творческая задача: поочередное вступление (канон) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт; - выделять сильную долю, слышать слабую долю; - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка» - прохлопывать заданный ритмический рисунок.
4. Музыкальный жанр - полька, марш, вальс (устно определить жанр) - игра: «Марш – полька – вальс
5. Слушать музыку а'capella, уметь двигаться под нее.

### **Тема «Игровой стретчинг»**

#### *Задачи:*

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.

5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

*Содержание:*

1. Упражнения на полу: постановка корпуса; работа на стопы; растяжка; работа над укреплением брюшного пресса, мышц шеи.

2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки).

3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».

4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»

5. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».

6. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».

7. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».

8. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».

9. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Журавель» 10. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа.

11. Игровая композиция «Просто так».

**Тема «Партерный экзерсис» (элементы классического танца)**

*Задачи:*

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.

2. Формировать правильную осанку и координацию движений.

3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов. *Содержание:*

1. Экзерсис на середине:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);

- понятия рабочая нога и опорная нога;

- позиции ног (I-я, II-я, III-я, vI при относительной выворотности ног);

- постановка корпуса в I – II – III позиции;

- releve на полупальцы;

- demi - plie в I – II – III-VI позиции;

- чередование releve и demi – plie;

- grand-plie в I – II – III-VI позиции;

- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);

- cote (легкие прыжки);

- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;

- перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

**Тема «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)**

*Задачи:*

1. Развивать внимание, память, координацию движений.



2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.  
Содержание: «Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошкимошки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино». Танцевальные этюды на современном материале.

### **Тема «Рисунок танца»**

#### *Задачи:*

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

#### *Содержание:*

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг»:
  - замкнутый круг;
  - раскрытый круг (полукруг);
  - круг в круге;
  - сплетенный круг (корзиночка);
  - лицом в круг, лицом из круга;
  - круг парами,
  - круг противоходом. Научить перестраиваться из одного вида в другой.
3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
  - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);
  - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).
4. Понятие «Диагональ»:
  - перестроение из круга в диагональ;
  - перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).
5. Рисунок танца «Спираль».
  - Игра «Клубок ниток».
5. Рисунок танца «Змейка»:
  - горизонтальная. Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

### **Тема «Народный танец»**

#### *Задачи:*

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

#### *Содержание:*

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;
3. Изучение основ русского народного танца:

- развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;
- работа рук в русском танце;
- навыки работы с платочком;
- русский поклон;
- подскоки;
- тройные прыжочки
- бег с вытянутыми носочками
- боковой галоп
- шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
- хлопки
- движение с выставлением ноги на носок;
- «ковырялочка» вперед и в сторону;
- пружинка с поворотом;
- приставные шаги в сторону;
- Ходы: - простой, на полупальцах,
- боковой, приставной,
- боковой ход «припадание» по VI позиции,
- беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
- Подготовка к «дробям»:
- притопы,
- удары полупальцами, удары каблуком;
- Хлопки и хлопушки для мальчиков:
- одинарные по бедру и голенищу.
- каблучные упражнения
- вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
- присядка с выставлением ноги на пятку.

### **Тема «Бальный танец»**

#### *Задачи:*

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».

#### *Содержание:*

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:
  - подскоки, галоп;
  - комбинирование изученных элементов;
  - положения в паре:
    - «лодочка»,
    - руки «крест-накрест»,
    - мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.
3. Изучение основ танца «Вальс»:
  - основные элементы:
    - «качели»,

- «вальсовая дорожка»
- «перемена»;
- valance (покачивание в разные стороны)
- работа в паре
  - положение рук в паре,
- вращение «звездочка»;
- простые танцевальные комбинации.

**Тема «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

*Содержание:*

Хороводные танцы: «Россия-матушка», «Красный сарафан» Сюжетные танцы: «Ходики», «Аквариум», «Лягушки и цапля» Детские танцы «Барбарики», Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: , «Русские узоры», «Казачата»,» Татарский танец» « Полька» «Кадетский марш»

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Бабочки», «Моряки».

**Четвертый год обучения 6- 7 лет.**

Подготовительная группа

месяц	Тема
	Вводное занятие
Сентябрь	Знакомство с разновидностями танцев
октябрь	Музыка и танец
Ноябрь	Игровой стрейчинг
Декабрь	Партерный экзерсис
январь	Играя, танцуем (ритмопластика)
Февраль	Рисунок танца
Март	Народный танец
Апрель	Современный танец
Май	Танцевальное ассорти (репетиционно – постановочная работа)
Итого	64 занятий в год

## **Тема «Знакомство с разновидностями танцев» (Введение в предмет)**

### *Задачи:*

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.
3. Познакомить детей с разновидностями танцев.
4. Беседа о стилях и направлениях.

## **Тема «Музыка и танец»**

### *Задачи:*

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.
2. Расширить представления о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

### *Содержание:*

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом). - творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт; - выделять сильную долю, слышать слабую долю; - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка» - прохлопывать заданный ритмический рисунок.
4. Музыкальный жанр - полька, марш, вальс (устно определить жанр) - игра: «Марш – полька – вальс
5. Слушать музыку а'capella, уметь двигаться под нее.

## **Тема «Игровой стретчинг»**

### *Задачи:*

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.
5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

### *Содержание:*

1. Упражнения на полу: постановка корпуса; работа на стопы; растяжка; работа над укреплением брюшного пресса, мышц шеи.
2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки).
3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»

5. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
6. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
7. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
8. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
9. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Журавель»
10. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа.

11. Игровая композиция «сказка о жадном императоре»

### **Тема «Партерный экзерсис» (элементы классического танца)**

#### **Задачи:**

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов. **Содержание:**

1. Экзерсис на середине:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- позиции ног (I-я, II-я, III-я, vI при относительной выворотности ног);
- постановка корпуса в I – II – III позиции;
- releve на полупальцы;
- demi - plie в I – II – III-VI позиции;
- чередование releve и demi – plie;
- grand-plie в I – II – III-VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- cote (легкие прыжки);
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

Повороты головы  $1\sqrt{2}$ ,  $1\sqrt{4}$

### **Тема «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)**

#### **Задачи:**

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
  2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
  3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
  4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.
- Содержание: «Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошкмишки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино». Танцевальные этюды на современном материале.

## **Тема «Рисунок танца»**

### *Задачи:*

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

### *Содержание:*

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг»:
  - замкнутый круг;
  - раскрытый круг (полукруг);
  - круг в круге;
  - сплетенный круг (корзиночка);
  - лицом в круг, лицом из круга;
  - круг парами,
  - круг противоположно. Научить перестраиваться из одного вида в другой.
3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
  - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);
  - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).
4. Понятие «Диагональ»:
  - перестроение из круга в диагональ;
  - перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).
5. Рисунок танца «Спираль».
  - Игра «Клубок ниток».
1. Рисунок танца «Змейка»:
  - горизонтальная. Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).
  - вертикальная.
  - Перестроение из «круга» в «змейку»
6. Рисунок танца «Воротца». Русский танец «воротца»  
Игра танец - Бесконечный

## **Тема «Народный танец»**

### *Задачи:*

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

### *Содержание:*

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;
3. Изучение основ русского народного танца:
  - развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;

- работа рук в русском танце;
- навыки работы с платочком;
- русский поклон;
- подскоки;
- тройные прыжочки
- бег с вытянутыми носочками
- боковой галоп
- шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
- хлопки
- движение с выставлением ноги на носок;
- «ковырялочка» вперед и в сторону;
- пружинка с поворотом;
- приставные шаги в сторону;
- Ходы: - простой, на полупальцах,
- боковой, приставной,
- боковой ход «припадание» по VI позиции,
- беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
- Подготовка к «дробям»:
- притопы,
- удары полупальцами, удары каблуком;
- Хлопки и хлопучки для мальчиков:
- одинарные по бедру и голенищу.
- каблучные упражнения
- вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
- присядка с выставлением ноги на пятку.

### **Тема « Современный танец»**

#### *Задачи:*

1. Познакомить детей с историей современного танца.
2. Научить основам танца «современного танца».
3. Разучить основные движения современного танца

#### *Содержание:*

1. Введение в предмет.
2. Основы танца
  - позиции рук
  - позиции ног
  - перемещение на диагонали, кругу.
3. разучить основные движения современного танца
  - работа над ритмом
  - рисунок танца
  - работа в паре
  - работа по кругу
  - комбинированное изучение основных элементов

Изучение танца «веселые папуасы»

## **Тема «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

*Содержание:*

Хороводные танцы: «Красный платок», «Березка»

Сюжетные танцы: «Часики », «Аквариум», Детские танцы «Фиксики», Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с веерами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: , «Матрешки», «Веселуха»,» Татарский танец» « Татарочка» «Кадетский марш»

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Гномики», «Моряки».



### **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.А. И. Буренина. Программа “Ритмическая мозаика”.
- 4.Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002
- 5.Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
6. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000