

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 156
620146, г. Екатеринбург, ул. Волгоградская, 41а
тел./факс (343) 240-16-18

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
Протокол от «26» августа 2021 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ – детский сад №156
С.А.Веснина
Приказ от «26» августа 2021 г. № 36 о/д



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Ритмика»**

МБДОУ - детского сада № 156 для детей 3 – 7 лет

Направленность: социально-педагогическая направленность

Срок реализации: 1 год

**(Приложение №3 к ООП ОП-ДО МБДОУ- детский сад №156).
Дополнительная общеразвивающая программа является компонентом ООП ОП-ДО
МБДОУ- детский сад №156**

Разработчик: педагог
дополнительного
образования (хореограф)
Булатова Н.М.

г. Екатеринбург, 2022

Содержание

		Страница
1.	Целевой раздел	
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели и задачи программы	5
1.3	Прогнозируемые результаты	6
1.4	Формы подведения итогов программы	7
1.5	Основания разработки программы	7
1.6	Сроки и условия реализации программы	7
2.	Содержательный раздел	
2.1	Календарно-учебный график	9
2.2	Тематический план по возрастам	10
2.3	Календарно-тематический план по возрастам	18
3.	Организационный раздел	33
3.1	Методическая литература	33

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

АКТУАЛЬНОСТЬ

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.

Танец – самое любимое массовое искусство. Трудно представить семейное торжество, народное празднество, вечер отдыха без танцев.

Особенно любят танцевать дети. Но любить танец, еще не значит уметь исполнять его. Научиться танцевать очень трудно. Путь к познанию и совершенству танца длинный и сложный, умение приходит не сразу. Помочь ребенку развить творческие способности, воображение, выразительность движений, пластичность, призван хореограф в ДОУ.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДОУ, определяется через выбор хореографического направления. Данная программа строится на обширном изучении ритмического и русского народного танца, наиболее понятного и доступного детям дошкольникам.

Программа направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить малыша воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально – нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

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.

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.

Обучаясь по этой программе, дети научатся 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. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. 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.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др. Используются учебно – методические пособия Т.И.Суворовой «Танцевальная ритмика», А.И.Бурениной «Ритмическая мозаика».

Новизна программы: в данной программе интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Обучаясь по ней, в игровой и доступной форме дети научатся владеть своим телом, 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. Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по ритмике дети научатся чувствовать себя более

раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

1.2 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

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. Программа нацелена на общее, гармоническое, физическое развитие детей.

Задачи программы:

- **развитие музыкальности:**

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти.

- **развитие двигательных качеств и умений:**

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

- **развитие творческих способностей, самовыражения в движении под музыку:**

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной

деятельности в слове.

- **развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомиме;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

- **развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сопереживать другим людям;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Методами успешной реализации данной программы являются: создание ситуации успеха для каждого ребенка, создание доброжелательной, творческой атмосферы на занятиях.

Основные принципы:

- последовательность
- доступность
- наглядность
- индивидуальность
- результативность

Форма обучения – фронтальная и индивидуальная. Обучение детей проходит в музыкальном зале во второй половине дня по окончании основных режимных моментов. Продолжительность занятий во второй младшей группе -15 минут, в средней – 20 минут, в старшей группе -20-25 минут, в подготовительной группе – 25-30 минут (САНПИН 2.4.1.3049-13).

1.3

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

К концу учебного курса воспитанник будет уметь:

- ориентироваться в характере, темпе, ритме музыки;
- различать хореографические названия изученных элементов;
- выполнять движения, изученные по программе;

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографические этюды в группе.

Занятия по данной программе будут способствовать: развитию координации движений дошкольников, воображения, отработке механизмов межличностной коммуникации, воспитанию внимательного отношения друг к другу, умению искренне радоваться достижениям своих товарищей, желанию помочь им в преодолении встречающихся трудностей.

1.4 ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ИТОГОВ ПРОГРАММЫ:

Открытое занятие для родителей в каждой возрастной группе. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей и степени усвоения программы детьми в каждой возрастной группе.

1.5 ОСНОВАНИЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ

Документы и программно-методические материалы:

- Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).

1.6 СРОКИ И УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

Срок реализации программы: 01.10.2021 года – 31.05.2022года

Условия реализации программы:

I Санитарно-гигиенические требования: занятия должны проводиться в кабинете, соответствующем пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо также наличие аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи. Кадровое обеспечение: педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее специальное образование по специализации «хореография», а также обладать необходимыми знаниями по детской психологии.

I Материально – техническое обеспечение: цветы, ленты, флажки, султанчики, платочки, деревянные палочки, бубны, бабочки на палочках атрибутика для танцев, музыкальный центр, коврики для гимнастики.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Возрастная группа	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Режим работы	Среда 15.30-15.45	Среда 16.00-16.20	среда 16.35-17.00	среда 17.15-17.45
	пятница 15.30-15.45	пятница 16.00-16.20	пятница 16.35-17.00	пятница 17.15-17.45
Продолжительность занятий в течение года	С 14.09. 2021 г. по 31.05.2022 г.			
Кол-во учебных недель в год	34			
Кол-во занятий в неделю	2			
Кол-во занятий	69			

2.2 ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ВОЗРАСТАМ.

Тематический план младшая группа

№ п/п	Тематический план
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 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 перестроения: круг;- сужение круга, расширение круга;- песенка-игра "Ровный сделаем кружок"
4.	<u>Упражнения для разминки:</u> <ul style="list-style-type: none">- повороты головы направо, налево;- наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, «Марионетки»;- наклоны корпуса назад, вперед, в сторону;- движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Стирка», «Незнайка»;- повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед;- «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> <ol style="list-style-type: none">1. Постановка корпуса.2. Танцевально-образные комбинации. <ul style="list-style-type: none">- ветер;-упражнение с лентами;-солнышко;-хитрая лисичка.

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); - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами; - 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; <p>3. Танцевальные комбинации.</p>
7.	<p>Танцевально-игровые этюды, танцы, логоритмические игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> -танцевально-игровые этюды: «Путешествие в лес», «Зайчик прыгал прыгал»; - танцы: «Зарядка про зверят», «Часики идут», «Паучок», «А у зебры», "Мы на луг ходили". -логоритмические игры: «Вот идет черный кот», «Вышли мышки как-то раз», "Строим дом", "Куда ножки вы идете". - упражнение с деревянными палочками. -упражнение с бабочками на палочке. -упражнение "Часики", "Пойдем в гости"
8.	<p>Подготовка к итоговому контрольному занятию. Итоговое контрольное занятие. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.</p>
ИТОГО: 69 занятия	

Тематический план средняя группа

№ п/п	Тематический план
1.	<u>Вводное занятие.</u>
2.	<p><u>Партерная гимнастика:</u></p> <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.	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игра "Собираем круг" - игра "Кто бежит по кругу" - 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);
4.	<p><u>Упражнения для разминки:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, «Марионетки»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Стирка», «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.	<p><u>Классический танец.</u></p> <p>1. Постановка корпуса.</p> <p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти;
	<ul style="list-style-type: none"> - раскрытие и закрытие рук, подготовка к движению; <p>3. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie (по 6 позиции); - relieve (по 6 позиции); - sotte (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 battement tendu); - 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; - battement tendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере; - battement tendu вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием; - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами; - 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) -упражнения с бубнами. <p>3. Танцевальные комбинации.</p>
7.	<p>Танцевально-игровые этюды, танцы, логоритмические игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> -танцевально-игровые этюды: «У веселенькой старушки», «Про жука», «Летчики», «Импровизация»; - танцы: «Злую тучку наказали», «Листик листопад», «Буги-Вуги»; -логоритмические игры: «Жили-были два кота», «Туки-ток», «Летом качели».
	<ul style="list-style-type: none"> -упражнения с листочками. -упражнение " Музыкальные ручки"
8.	<p>Подготовка к итоговому контрольному занятию. Итоговое контрольное занятие. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.</p>
ИТОГО: 69 занятия	

Тематический план старшая группа

№ п/п	Тематический план
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<p><u>Классический танец :</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Повтор пройденного материала. 2. Упражнения на ориентировку в пространстве: <ul style="list-style-type: none"> - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А.Я.Вагановой. 3. Положения и движения рук: <ul style="list-style-type: none"> - перевод рук из одного положения в другое. 4. Положения и движения ног: <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). - <i>relleve</i> по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2 ,1/4, 1/8); - <i>demi-plie</i> по 1,2,3 поз.; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - <i>sotte</i> по 1,2,6 поз.; - <i>sotte</i> в повороте (по точкам зала). 5. Танцевальные комбинации.
3.	<p><u>Народный танец :</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Повтор пройденного материала. 2. Положения и движения рук: <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». 3. Положение рук в паре: <ul style="list-style-type: none"> - «лодочка» (поворот по руку); - «под ручки» (лицом вперед);
	<ul style="list-style-type: none"> - «под ручки» (лицом друг к другу); - сзади за талию (по парам, по тройкам). 4. Движения ног: <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); - <i>battement tendu</i> вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с <i>demi-plie</i>; - <i>battement tendu</i> вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом; - притоп простой, двойной, тройной; - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; - простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга);

4.	<p>Бальный танец:</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;
	<ul style="list-style-type: none"> - « 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. <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
5.	<p>Танцевально-игровые этюды, танцы, логоритмические игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> -танцевально-игровые этюды: «Дождик», «Варись каша», «Пошла Маша во лесок», «Импровизация»; - танцы: «Коробка с карандашами», «Кадриль», «Гол, гол все на футбол», «Листик листопад», «Танец с ленточками»; -логоритмические игры: «Наши алые цветки», «На одной ноге стоит», «Едет-едет на коне», « Сиртаки» -игровые тренинги на внимание и командное чувство: "Топ-хлоп-хоп", "Передай хлопок"
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 69 занятия	

Тематический план подготовительная группа

№ п/п	Тематический план
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<p><u>Классический танец:</u></p> <p>1. Повтор пройденного материала.</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>

3.	<p><u>Народный танец:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Повтор пройденного материала. 2. Положения и движения рук: <ul style="list-style-type: none"> - переводы рук из одного положения в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»;
	<ul style="list-style-type: none"> - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки). <ol style="list-style-type: none"> 3. Движения ног: <ul style="list-style-type: none"> - поклон в русском характере; - кадильный 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 перд собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад); - подготовка к «веревочке»; - «веревочка»; - прыжок с поджатыми; (девочки): <ul style="list-style-type: none"> - вращение на полупальцах; (мальчики): <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». 4. Движения в паре: <ul style="list-style-type: none"> - соскок на две ноги лицом друг к другу; - пружинящий шаг под ручку (в повороте). 6. Упражнения на ориентировку в пространстве: <ul style="list-style-type: none"> - «воротца»; - «карусель». 5. Танцевальные комбинации.

4.	<p>Бальный танец:</p> <p>1. Повтор пройденного малетиала.</p> <p>2. Положения и движения ног:</p> <p>Полька:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг польки (по одному, по парам); - раг польки в сочетании с подскоками; - pas shasse (по диагонали); - прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам). <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
	<p>руку на сильную долю такта).</p> <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
5.	<p>Танцевально-игровые этюды, танцы, логоритмические игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> -танцевально-игровые этюды: «Шарик-Жучка», «Робот Бронислав», «Открываются ворота», «У веселенькой старушки», «Шалтай болтай », «Осьминог», « Мы пойдем налево», «Импровизация»; - танцы: «Каратышки»; -логоритмические игры: «У оленя дом большой», «Паучина», «По болоту Пётр шёл» -игровые тренинги на командное чувство и внимание "Снежный ком", "Я-Вы", "Говорящая поза"; -упражнение "Зеркало". -упражнения на импровизацию по диагонали
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 69 занятия	

2.3 КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ВОЗРАСТАМ

Младшая группа

месяц	1 -2 неделя	3-4 неделя	5-6 неделя	7 неделя
-------	-------------	------------	------------	----------

<p>С Е Н Т Я Б Р Ь - О К Т Я Б Р Ь</p>	<p>Занятие 1.(14.09) Вводное занятие.</p> <p>Занятие 2.(17.09) Диагностика уровня музыкально- двигательных способностей детей.</p> <p>Занятие 3. (21.09) Знакомство с базовыми понятиями в ритмике.</p> <p>Занятие 4. (24.09) Игровой тренинг на.</p>	<p>Занятие 5.(28.09) Постановка корпуса. Упражнения на ориентировку в пространстве: - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия, колонка.</p> <p>Занятие 6. (1.10) Поклон. Образно –танцевальный этюд. Партерная гимнастика.</p> <p>Занятие 7. (5.01) Упражнения для разминки: - повороты головы направо,</p>	<p>Занятие 9.(12.10) Поклон. Образно- танцевальный этюд. Партерная гимнастика.</p> <p>Занятие 10.(15.10.) (н.т.) Положения и движения рук: -подготовка к началу движения (ладошка на тали). Положения и движения ног: - простой бытовой шаг вперед с каблука.</p> <p>Занятие 11 (19.10) Музыкально- ритмическая игра</p>	<p>Занятие 13.(26.10.) Поклон. Образно- танцевальный этюд. Партерная гимнастика.</p> <p>Занятие 14. (29.10.) (н.т.) Положения и движения ног: - 6 позиция. Упражнения для разминки: - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов).</p>
		<p>налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками. Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга;</p> <p>Занятие 8 (8.10) Диагностика темпов усвоения материала.</p>	<p>на ускорение.</p> <p>Занятие 12 (22.10) Упражнение с флажками на координацию.</p>	<p>(к.т) Положения и движения ног: - легкий бег на полупальцах.</p>

Н О Я Б Р Ь	<p>Занятие 15, 16 (2.11 и 05.11.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево. Упражнения на ориентировку в пространстве: - движения по линии танца, против линии танца.</p>	<p>Занятие 17, 18 (09.11. и 12.11.) (н.т.) Положения и движения ног: - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса. Упражнения для разминки: - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.</p>	<p>Занятие 19, 20 (16.11. и 19.11) Упражнения для разминки: - «Цапелки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра.</p>	<p>Занятие 21, 22 (23.11 и 26.11.) Упражнения для разминки: - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге. Упражнения на ориентировку в пространстве: - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7). (к.т.) Положения и движения ног: -sote (6 позиция).</p>
Д	<p>Занятие 23, 24 (30.11. и 03.12)</p>	<p>Занятие 25, 26 (07.12 и 10.12.)</p>	<p>Занятие 27, 28 (14.12. и 17.12.)</p>	<p>Занятие 29, 30 (21.12. и 24.12.)</p>
Е К А Б Р Ь	<p>(к.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2,3)</p>	<p>(н.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая).</p>	<p>Упражнения для разминки: - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрытием рук в стороны. (к.т.) Положения и движения рук: - постановка кисти; - подготовительная позиция; - раскрытие и закрытие рук, подготовка к началу движения.</p>	<p>(к.т.) Положения и движения рук: - позиции рук (1-3); Занятие 31 (28.12) Музыкально-ритмическая игра «Снеговик»</p>

Я Н В А Р Ь	Занятие 32, 33 (11.01. и 14.01.) (к.т.) Положения и движения рук: - раскрывание и закрывание рук. Положения и движения ног: - relleve по 6 позиции подряд на каждый сет муз. такта и с фиксацией на верху.	Занятие 34, 35 (18.01. и 21.01.) (к.т.) Положения и движения ног: - demi-plie (1 поз.). (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu вперед , сторону на носок с переводом на каблук в русском характере.	Занятие 36, 37 (25.01. и 28.01.) (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu на носок с переводом на каблук и одновременным приседанием . Положения и движения рук: - хлопки в ладоши.	
Ф Е В Р А Л Ь	Занятие 38, 39 (1.02. и 4.02.02.) (к.т.) Положения и движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед). Положения и	Занятие 40, 41 (8.02. и 11.02.) (н.т.) Положения и движения рук: - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.). Положения и движения ног:	Занятие 42, 43 (15.02. и 18.02.) (н.т.) Положения и движения ног: - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.	Занятие 44, 45 (22.02. и 25.02.) (н.т.) Положения и движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью). Положения и движения ног: - поднимание и опускание ноги
	движения ног: - танцевальный шаг; -танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции).	- простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.		согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).

М А Р Т	Занятие 46, 47 (01.03 и 04.03.) (н.т.) Положения и движения ног: - 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.	Занятие 48, 49 (11.03. и 15.03.) (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам, лицом друг к другу. Положения и движения рук: - «Лодочка» (положение рук в паре).	Занятие 50, 51 (18.03. и 22.03.) (н.т.) Положения и движения ног: - «Каблучок»;	Занятие 52, 53 (25.03. и 29.03.) (н.т.) Положения и движения ног: - «Елочка»;
А П Р Е Л Ь	Занятие 54, 55 (01.04. и 05.04) (к.т.) Положения и движения ног: - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков.	Занятие 56, 57 (08.04. и 12.04.) Танцевально-игровые этюды: «Путешествие в лес», «Зайчик прыгал прыгал». Упражнения с лентами, танец-игра "Ровный сделаем кружок", "Мы на луг ходили"	Занятие 58, 59 (15.04. и 19.04.) Логоритмические игры: «Вот идет черный кот», «Куда ножки вы идете», «Строим дом», "Часики", "Пойдем в гости".	Занятие 60, 61 (22.04. и 26.04.) Танцы: «Зарядка про зверят», «Часики идут». Упражнения с бабочками на палочках, упражнение с деревянными палочками.
М А Й	Занятие 62, 63 (29.04. и 06.05.) Танцы: «Паучок», «А у зебры».	Занятие 64, 65 (13.05. 17.05.) Подготовка к контрольному занятию.	Занятие 66, 67 (20.05. и 24.05.) Итоговое контрольное занятие.	Занятие 68, 69 (27.05. и 31. 05) Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей
				детей с учетом пройденного материала.

Средняя группа

месяц	1-2 неделя	3-4 неделя	5-6 неделя	7 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь - О К Т Я Б Р Ь	<p>Занятие 1. Вводное занятие.</p> <p>Занятие 2 Диагностика уровня музыкально- двигательных способностей детей.</p> <p>Занятие 3. Игровой тренинг на внимание.</p> <p>Занятие 4. Постановка корпуса. Упражнения на ориентировку в пространстве: - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия, колонка; - игра "Собираем круг"; - "Кто бежит по кругу".</p>	<p>Занятие 5. Партерная гимнастика.</p> <p>Занятие 6. Упражнения для разминки: - повороты головой направо, налево; - наклоны головой вверх, вниз, направо, налево, - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками. Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал.</p> <p>Занятие 7. Музыкально- ритмическая игра "Кузнечик"</p>	<p>Занятие 9. Партерная гимнастика.</p> <p>Занятие 10. (н.т.) Положения и движения рук: - подготовка к началу движения (ладошка на тали). Положения и движения ног: - простой бытовой шаг вперед с каблука.</p> <p>Занятие 11. Упражнение с флажками на координацию.</p> <p>Занятие 12. Танцевальный этюд в парах.</p>	<p>Занятие 13. Партерная гимнастика.</p> <p>Занятие 14. (н.т.) Положения и движения ног: - 6 позиция. Упражнения для разминки: - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов). (к.т) Положения и движения ног: - легкий бег на полупальцах.</p>
		Занятие 8. Повторение пройденного материала.		

Н О Я Б Р Ь	<p>Занятие 15,16 Упражнения на ориентировку в пространстве: - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево. Упражнения на ориентировку в пространстве: - движения по линии танца, против линии танца.</p>	<p>Занятие 17, 18 (н.т.) Положения и движения ног: - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса. Упражнения для разминки: - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.</p>	<p>Занятие 19,20 Упражнения для разминки: - «Цапелки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра. -упражнение Музыкальные ручки</p>	<p>Занятие 21, 22 Упражнения для разминки: - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге. Упражнения на ориентировку в пространстве: - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7). (к.т.) Положения и движения ног: -sote (6 позиция).</p>
Д Е К А Б Р Ь	<p>Занятие 23, 24 (к.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2,3)</p>	<p>Занятие 25, 26 (н.т.) Положения и движения ног: - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая).</p>	<p>Занятие 27, 28 Упражнения для разминки: - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрыванием рук в стороны. (к.т.) Положения и движения рук: - постановка кисти; - подготовительная позиция; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к началу движения.</p>	<p>Занятие 29, 30 (к.т.) Положения и движения рук: - позиции рук (1-3);</p>
Я Н В А Р Ь	<p>Занятие 31, 32 (к.т.) Положения и движения рук: - раскрывание и закрывание рук. Положения и движения ног: - relieve по 6 позиции подряд</p>	<p>Занятие 33, 34 (к.т.) Положения и движения ног: - demi-plie (1 поз.). (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu</p>	<p>Занятие 35, 36 (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu на носок с переводом на каблук и одновременным приседанием .</p>	<p>Занятие 37, 38 (н.т.) Положения и движения ног: - притоп простой, двойной, тройной;23 - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.</p>

Ф Е В Р А Л Ь	Занятие 39, 40 (к.т.) Положения и движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед). Положения и движения ног: - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции).	Занятие 41, 42 (н.т.) Положения и движения рук: - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.). Положения и движения ног: - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.	Занятие 43, 44 (н.т.) Положения и движения ног: - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.	Занятие 45, 46 (н.т.) Положения и движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью). Положения и движения ног: - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).
М А Р Т	Занятие 47, 48 (н.т.) Положения и движения ног: - 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.	Занятие 49,50 (н.т.) Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам, лицом друг к другу. Положения и движения рук: - «Лодочка» (положение рук в паре).	Занятие 51, 52 (н.т.) Положения и движения ног: - «Ковырялочка»; - «Ковырялочка» (с притопом).	Занятие 53, 54 (н.т.) Положения и движения ног: - «Елочка»; - поклон в русском характере (без рук).

А П Р Е Л Ь	Занятие 55, 56 (к.т.) Положения и движения ног: -перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков.	Занятие 57, 58 Танцевально-игровые этюды: «У веселенькой старушки», «Про жука», «Летчики», «Импровизация».	Занятие 59, 60 Логоритмические игры: «Туки-ток», «Жили-были два кота», «Летом качели». Упражнения с бубнами.	Занятие 61, 62 Танцы: «Злую тучку наказали», «Листик листопад», . Упражнения с листочками.
М А Й	Занятие 63, 64 Танцы: , «Буги-Вуги».	Занятие 65, 66 Подготовка к контрольному итоговому занятию.	Занятие 67, 68 Итоговое контрольное занятие.	Занятие 69 Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Старшая группа

месяц	1-2 неделя	3-4 неделя	5-6 неделя	7 неделя
С Е Н Т Я Б Р -	Занятие 1. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. Занятие 2. Повторение пройденного материала.	Занятие 5. (к.т.) Повторение пройденного материала. Положения и движения ног. Занятие 6. (к.т.) Повторение	Занятие 9. (к.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: -положение прямо (анфас), полуоборот, профиль. Занятие 10.	Занятие 13. (к.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - квадрат А.Я.Вагановой; Положения и движения ног: -sotte по 1,2,6 позиции по
О К Т Я Б Р Ь	Упражнения на ориентировку в пространстве. Занятие 3. Игровой тренинг на внимание Занятие 4. Упражнения на импровизацию.	пройденного материала. Положения и движения рук. Занятие 7. Ритмическое упражнение с палочками Занятие 8. Повторение пройденного материала.	(к.т.) Положения и движения ног: - позиции ног(выворотные); - relieve по 1,2,3 позициям. Занятие 11. Упражнения на импровизацию. Занятие 12. Упражнение в парах на чувство	точкам зала. Занятие 14. (к.т.) Положения и движения ног: - sotte в повороте (по точкам зала).

			партнера.	
--	--	--	-----------	--

Н О Я Б Р Б	<p>Занятие 15. (к.т.) Положения и движения ног: - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы.</p> <p>Занятие 16. (к.т.) Положения и движения ног: - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в медленном темпе.</p>	<p>Занятие 17. (к.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - свободное размещение по залу, пары, тройки. Положения и движения ног: - шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах.</p> <p>Занятие 18. (к.т.) Положения и движения ног: - demi-plie с одновременной работой рук.</p>	<p>Занятие 19. (к.т.) Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</p> <p>Занятие 20. (к.т.) Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</p>	<p>Занятие 21. (к.т.) Сюжетный танец «Мотылек».</p> <p>Занятие 22. (к.т.) Сюжетный танец «Мотылек».</p>
Д Е К А	<p>Занятие 23. (н.т.) Повторение пройденного материала. Положения и движения ног.</p> <p>Занятие 24. (н.т.) Повторение пройденного</p>	<p>Занятие 25. (н.т.) Повторение пройденного материала. Положения и движения ног.</p> <p>Занятие 26. (н.т.) Положения и движения рук:</p>	<p>Занятие 27. (н.т.) Движения ног: - шаг с каблук в народном характере; - простой шаг с притопом.</p> <p>Занятие 28. (н.т.) Положения и</p>	<p>Занятие 29. (н.т.) Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта).</p>
Б Р Б	<p>материала. Положения и движения рук.</p>	<p>- положение рук на поясе – кулачком; - смена ладочки на кулачок.</p>	<p>движения рук: - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).</p>	<p>Занятие 30. (н.т.) Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).</p> <p>Занятие 31. Игровой тренинг на внимание.</p>

Я Н В А Р Б	<p>Занятие 32. (н.т.) Движения ног: - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi- plié.</p> <p>Занятие 33. (н.т.) Движения ног: - притоп простой, двойной, тройной; - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с притопом.</p>	<p>Занятие 34. (н.т.) Положения и движения рук: - «приглашение».</p> <p>Движения ног: - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу.</p> <p>Занятие 35. (н.т.) Положения и движения рук: - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка».</p>	<p>Занятие 36. (н.т.) Положения рук в паре: - «лодочка» (поворот под руку).</p> <p>Занятие 37. (н.т.) Движения ног: Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад.</p>	
Ф	<p>Занятие 38. (н.т.) Положение рук в паре: - «под ручки» (лицом друг к другу).</p> <p>Движения ног: - простой бытовой шаг по парам в</p>	<p>Занятие 40. (н.т.) Положения рук в паре: - сзади за талию (по парам, тройкам).</p> <p>Движения ног: - танцевальный шаг по парам,</p>	<p>Занятие 42. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «змейка»; - «ручеек».</p> <p>Занятие 43. (н.т.) Танцевальная</p>	<p>Занятие 44. (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</p> <p>Занятие 45. (н.т.)</p>
Е В Р А Л Б	<p>повороте, взявшись под ручку противоположными руками.</p> <p>Занятие 39. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения : колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.</p>	<p>тройкам (по положение рук сзади за талию).</p> <p>Занятие 41. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - диагональ.</p>	<p>комбинация, построенная на шагах народного танца.</p>	<p>Движения ног: - прыжки с поджатыми ногами.</p>

М А Р Т	<p>Занятие 46. (н.т.) Движения ног: - «шаркающий шаг».</p> <p>Занятие 47. (н.т.) Движения ног: - «елочка»; (мальчики): - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).</p>	<p>Занятие 48. (н.т.) Движения ног: - «гармошка»; (девочки): - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).</p> <p>Занятие 49. (н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; (девочки): - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».</p>	<p>Занятие 50. (н.т.) Движения ног: - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад.</p> <p>Занятие 51. (н.т.) Движения ног: (мальчики): - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); (девочки): - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».</p>	<p>Занятие 51. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «звездочка».</p> <p>Занятие 53. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «корзиночка».</p>
А П Р Е Л Ь	<p>Занятие 54. (н.т.) Движения ног: - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции.</p> <p>Занятие 55. (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на движениях</p>	<p>Занятие 56. (н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</p> <p>Занятие 57. (н.т.) Танец «Коробка с карандашами».</p>	<p>Занятие 58. Танцевально-игровые этюды: «Варись каша», «Дождик», «Летчики», «Пошла Маша во лесок», «Импровизация».</p> <p>Занятие 59. (б.т.) Движения в паре: - (мальчик)</p>	<p>Занятие 60. (б.т.) Постановка корпуса, головы, рук и ног. Движения ног: - шаги: бытовой и танцевальный.</p> <p>Занятие 61. (б.т.) Движения ног:</p>

	<p>народного танца, «Танец с ленточками».</p>		<p>присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика.</p>	<p>- поклон, реверанс. Положения рук в паре: - основная позиция. Движения ног: - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед.</p>
<p>М А Й</p>	<p>Занятие 62. Движения в паре: - «боковой галоп» вправо, влево. Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца. Танцы: «Кадриль», «Гол, гол все на футбол», «Коробка с карандашами».</p> <p>Занятие 63. Подготовка к контрольному занятию.</p>	<p>Занятие 64. Логоритмические игры: «Наши алые цветки», «На одной ноге стоит». «Едет-едет на коне», «Сиртаки». Игровые тренировки на внимание и командное чувство: - "Передай хлопок" - "Топ-хлоп-хоп"</p> <p>Занятие 65. Подготовка к контрольному занятию.</p>	<p>Занятие 66. (б.т.) Положения рук в паре: - основная позиция. Движения ног: - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед. Занятие 67. Игровые тренировки на внимание. Подготовка к контрольному итоговому занятию.</p>	<p>Занятие 68. Итоговое контрольное занятие. Занятие 69. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.</p>

Подготовительная группа

месяц	1-2 неделя	3-4 неделя	5-6 неделя	7 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь - О К Т Я Б Р Ь	<p>Занятие 1. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</p> <p>Занятие 2. Повторение пройденного материала. Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук)</p> <p>Занятие 3. Тренинг на внимание.</p> <p>Занятие 4. Тренинг на умение работать в паре и на чувство партнера.</p>	<p>Занятие 5. Повторение пройденного материала. Классический танец (положения и движения ног).</p> <p>Занятие 6. (к.т.) Движения рук: - port de bras.</p> <p>Занятие 7. Упражнение на импровизацию.</p> <p>Занятие 8. Ритмический этюд с палочками.</p>	<p>Занятие 9. (к.т.) Движения ног: - relieve.</p> <p>Занятие 10. (к.т.) Движения ног: - demi – plie.</p> <p>Занятие 11. Повторение.</p> <p>Занятие 12. Повторение.</p>	<p>Занятие 13. (к.т.) Движения ног: - battement tendu.</p> <p>Занятие 14. (к.т.) Движения ног: - passé.</p>
Н О Я Б Р Ь	<p>Занятие 15. Повторение пройденного материала. Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре).</p> <p>Занятие 16. Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).</p>	<p>Занятие 17. Повторение пройденного материала. Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).</p> <p>Занятие 18. (н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое.</p>	<p>Занятие 19. (н.т.) Движения ног: - поклон в русском характере.</p> <p>Занятие 20. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг.</p>	<p>Занятие 21. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с остановкой ноги сзади.</p> <p>Занятие 22. (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.</p>
	<p>Занятие 23. (н.т.) Движения ног: - переменный ход вперед, назад.</p>	<p>Занятие 25. (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве:</p>	<p>Занятие 27. (н.т.) Движения ног: - «припадание» в повороте.</p>	<p>Занятие 29. (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на</p>

Д Е К А Б Р Ь	Занятие 24. (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; (девочки): - взмахи платочком.	- «воротца»; - «карусель». Занятие 26. (н.т.) Движения ног: - боковое «припадание» по 3 позиции.	Занятие 28. (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок по бедру, по голени.	движениях народного танца (хороводная). Занятие 30,31. (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).
Я Н В А Р Ь	Занятие 32. (н.т.) Движения ног: - кадильный шаг с каблука. Занятие 33. (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (каблуком по полу).	Занятие 34. (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (полупальцами по полу). Занятие 35. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг.	Занятие 36. (н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук). Занятие 37. (н.т.) Движения ног: «ковырялочка» с подскоком.	
Ф Е В Р А Л Ь	Занятие 38. (н.т.) Движения ног: - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте. Занятие 39. (н.т.) Движения ног: - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.	Занятие 40. (н.т.) Движения ног: - подготовка к «веревочке». Занятие 41. (н.т.) Движения ног: - «веревочка».	Занятие 42. (н.т.) Движения ног: - прыжок с поджатыми; (мальчики): - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком). Занятие 43. (н.т.) Движения ног: (мальчики): - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка») Движения в паре: - соскок на две ноги лицом друг другу.	Занятие 44. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку по кругу; (мальчики): - присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу. Занятие 45. (н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку в повороте; (мальчики): - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.
	Занятие 46, 47 (н.т.)	Занятие 48, 49 (н.т.)	Занятие 50, 51 «Каратышки»,	Занятие 52, 53 Повторение

<p>М А Р Т</p>	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца». Движения ног: (мальчики): - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад. Движения ног: (девочки): - вращение на полупальцах; (мальчики): - «гусиный шаг».</p>	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве: - «карусель». Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая). «Русская плясовая».</p>	<p>«Калинка».</p>	<p>пройденного материала. Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре). Занятие 48. (б.т.) Движения ног: Полька: - раг польки (по одному); - раг польки (по парам); - pas shasse (по диагонали).</p>
<p>А П Р Е Л Ь</p>	<p>Занятие 54, 55 (б.т.) Движения ног: Полька: - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте.</p>	<p>Занятие 56, 57 (б.т.) Полька: - прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.</p>	<p>Занятие 58, 59 (б.т.) Движения в паре: - 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>Занятие 60, 61 Логоритмические игры: «У оленя дом большой», «Паучина», «По болоту Пётр шёл».</p>
<p>М А Й</p>	<p>Занятие 62, 63 Танцевально-игровые этюды: «Шарик-Жучка», «Открываются врата», « Мы пойдем налево», «Импровизация».</p>	<p>Занятие 64, 65 танцы: «Каратышки», «Осьминог», «Робот Бронислав». Игровые тренинг на командное чувство и внимание: - "Снежный ком"; - "Придумай ритм"; - "Я-Вы"; - "Говорящая</p>	<p>Занятие 66, 67 Подготовка к контрольному итоговому занятию.</p>	<p>Занятие 68 Итоговое контрольное занятие. Занятие 69. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.</p>

		поза"; - упражнение "Зеркало".		
--	--	--------------------------------------	--	--

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Методическая литература

Используемая методическая литература:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- М., 2010
2. Боголюбская. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах (учебно- методическое пособие). М., 2015
3. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – Спб., 2012
4. Буренина А.И. «Коммуникативные танцы – игры для детей» Санкт-Петербург 2004г.
5. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. –М., 2012
6. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5-7 лет. – М., 2004
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2015
8. Загвязинский В.И. Исследовательская деятельность педагога. – М., 2006.
9. Калинина О.Н. Прекрасный мир танца. Харьков, 2012
10. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., 2011
11. Лисенкова И.Н. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах.- М., 2010
12. Методическое пособие Программа педагога дополнительного образования: от разработки до реализации. Сост. Н. К. Беспятова. – М., 2003
13. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. - М., 2001. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М., 2000
14. Пуртова Т.В и др. Учите детей танцевать.- М., 2003
15. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика» Москва 2006г.Суворова Т.И. «Танцуй, малыш» выпуск 1,2 Санкт-Петербург 2006, 2007гг.
16. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 1 Санкт-Петербург 2004г.
17. Суворова Т. И. «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 2 Санкт-Петербург 2005г.
18. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» выпуск 3 Санкт-Петербург 2006г.
19. Ярмолевич Л. Классический танец. 1-2 классы. – Л., 2009

Используемая методическая литература на электронном носителе:

1. Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина «Са-фи-дансе» «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт-Петербург, «Детство – ПРЕСС» 2000г.
2. Л. А. Соколова «Детские олимпийские игры» Волгоград
3. Л. И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплекс упражнений для детей 3-7 лет»
Мозаика – Синтез 2013г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575826

Владелец Веснина Светлана Алексеевна

Действителен с 06.06.2022 по 06.06.2023

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575826

Владелец Веснина Светлана Алексеевна

Действителен с 06.06.2022 по 06.06.2023