

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №127 «Малышка» города Чебоксары  
Чувашской Республики

Принята:  
на заседании педагогического совета  
протокол № 6 от «01» сентября 2021г.

Утверждена:  
приказом заведующего  
МБДОУ «Детский сад №127»  
г. Чебоксары № 92-О от 01.09.2021г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
художественно-эстетической направленности  
**Обучение танцам «Зажигалочки»**

Составитель: Чермакова А.Н., старший воспитатель

Чебоксары, 2021г.

## Содержание рабочей программы

|                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| I. Целевой раздел:                                                          |    |
| 1. Пояснительная записка                                                    | 3  |
| - Цели и задачи реализации основных образовательных задач                   | 4  |
| - Принципы и подходы к формированию основных образовательных задач          | 4  |
| II. Содержательный раздел:                                                  |    |
| 1. Описание образовательной деятельности                                    | 5  |
| 2. Календарно-тематический план организованной образовательной деятельности | 5  |
| III. Организационный раздел:                                                |    |
| 1. Учебно – методическое и информационное обеспечение программы             | 15 |
| 2. Список литературы                                                        | 15 |

## I. Целевой раздел.

### Пояснительная записка.

Хореография - это мир красоты, движения, звуков, световых красок, костюмов, т.е. мир волшебного искусства танца. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения музыки и игры, одновременно влияя на ребёнка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. Хореография помогает развивать у детей слуховую, зрительную, мышечную память, учит благородным манерам. Воспитанник познаёт многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она 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 ребёнку развить свои творческие способности.

С первых минут занятий очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого следует тщательно продумать методические приемы, которые помогут решить поставленные задачи.

Прежде чем научить ребёнка танцевать, нужно научить его красиво и осознанно двигаться под музыку, научить связывать музыку с движениями. Для этого в занятия нужно включать простые, но интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения. Движения показывает педагог. Надо следить, чтобы дети не повторяли сразу за педагогом, а внимательно следили за его исполнением. Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Все новые движения необходимо изучать в «чистом» виде. Если движение трудное и достичь его правильного исполнения сразу нельзя, то изучают сначала элементы, подготовительные упражнения. Систематическое повторение одного упражнения значительное число раз позволит добиться лучшей техники исполнения. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении, занятие не должно быть моторным. Нужно разнообразить задания, чтобы они всегда оставались интересными для воспитанников. Для обучения танцам детей дошкольного возраста необходимо использовать игру.

«Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», - писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Кроме танцевальных элементов на занятиях кружка дети знакомятся с различными упражнениями связанные с отчетом ритма, что дает ребёнку возможность безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта и развивает чувство музыкального ритма. Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица.

И поэтому для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры. Целесообразно включать в занятие импровизацию. В качестве музыкального оформления лучше выбирать доступные для восприятия детей произведения. Они должны быть разнообразными и качественными. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется её структура, темп, ритмический рисунок, характер.

На протяжении всех занятий, особенно на их начальном этапах, очень важно следить за формированием правильной осанки детей. С этой целью рекомендуются задания на укрепление мышц спины

Итогом занятий является танец. Танец, поставленный на основе выученных движений, помогает развивать танцевальность. Преодолевая технические трудности, дети приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность.

Занятия в кружке направлены на общее развитие дошкольников, на приобретение устойчивого интереса к занятиям хореографией в дальнейшем, но не может дать детям профессиональной хореографической подготовки. Поэтому учебный материал включают в себя лишь элементы видов танцев, объединенных в отдельные танцевально-тренировочные комплексы, игры и танцевальные композиции. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии т.е. раздел ритмические движения являются лишь частью программы музыкального воспитания.

Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 4 -7 лет.

Программа составлена в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 27.12.2012 г. № 273-ФЗ, Конвенцией о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989 г.), Концепцией модернизации российского образования, Концепцией дошкольного образования;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155);
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

- Методическими разработками:

1. Пуртова Т.В. Беликова А.Н. Кветная О.В. Учите детей танцевать. М.: ГИЦ «Владос», 2004.
2. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе».- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2003.
3. Слуцкая С.Л., Танцевальная мозаика. М.:ЛИНКА ПРЕСС, 2006.
4. Т.И.Суворова «Танцевальная ритмика для детей» – М.: «Вестъ-ТДА».

#### Направленность программы

Тематическая направленность и организационная вариативность программы дополнительного образования способствует углубленной активизации двигательных функций: танцевальных движений, постановке корпуса, рук, ног, и головы, способствующие поддержке положительного эмоционального отношения детей к танцевальным упражнениям, а значит, помогают достигнуть лучшей результативности в обучении и воспитании.

Контингент детей: программа рассчитана на детей средних, старших и подготовительных к школе групп.

#### Новизна и актуальность

Новизна программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как: ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение. Характерная особенность программы: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса, поиск новых импровизационных и игровых форм танцевальных движений.

Цель программы – формирование танцевально-ритмической пластичности у детей дошкольного возраста посредством развития двигательных функций, координации движений, эстетического совершенствования.

Задачи:

##### 1. Образовательные:

- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.
- Формировать умение детей двигаться в коллективе (в парах, в тройках) и выполнять танцевальные движения по отдельности
- Формировать умение слушать музыку, понимать её настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;

##### 2. Воспитательные:

- Развить у детей активность самостоятельность, коммуникативные способности;
- Формировать общую культуру личности ребёнка, способность ориентироваться в современном обществе;
- Формировать нравственно - эстетические отношения между детьми и взрослыми;
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

##### 3. Развивающие:

- Развивать умение держаться в группе без стеснения, зажатости, комплексов.
- Развивать умение преодолевать трудности, закалять волю.
- Развивать воображение, фантазию.
- Формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность телодвижений и поз.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией в дошкольном учреждении возможно только при использовании педагогических принципов:

- Принцип доступности и индивидуальности (учёт возрастных особенностей, возможностей ребёнка, индивидуальный подход к каждому ребёнку).
- Принцип постепенного повышения требований (выполнение ребёнком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок).
- Принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий).
- Игровой принцип (занятие строится на игре)
- Принцип сознательности, активности (сознательное, заинтересованное отношение ребёнка к своим действиям).
- Принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков).
- Принцип наглядности (практический показ движений).

Ведущими методами обучения детей танцам являются:

- ü Наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ).
- ü Объяснение методики исполнения движения;
- ü Качественный показ;

- й Словесное (образное) объяснение;
- й Повторение.

Программа рассчитана на четыре года обучения: для детей средней группы (4-5 лет); старшей группы (5-6 лет) и для детей подготовительной к школе группы (6-7 лет). Занятия проводятся два раза в неделю: для детей первого года обучения – 15-20 минут, второго –20- 25 минут, третьего -25-30 минут. Количество занятий в год – 64.

Форма обучения – групповые занятия. Отбор детей проводится по желанию, а также с учётом индивидуальных особенностей детей.

Учебный материал включает в себя:

- Музыкально-ритмические занятия
- Элементы народного танца
- Элементы эстрадного танца.

Занятие состоит из трёх частей:

1. Вводная – в неё входит разминка, маршировка, пластика (3-5 минут)
2. Основная – она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций) (15-20 минут)
3. Заключительная - музыкальные игры, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения на гибкость и пластичность (2-5 минут).

Формы отчетности:

Результат отслеживается в участии на мероприятиях детского сада, в концертах, фестивалях, конкурсах.

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения, затем расширяется, и обогащается на втором и закрепляется и совершенствуется на третьем году обучения.

На первом году обучения особое внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног, головы. В течение всего второго года дети занимаются ритмикой, закрепляют навыки танцевальных движений, умений и навыков, полученных на первом году обучения. В течение всего второго года используется материал первого года, он принимается за основу, дополняя его новыми знаниями.. В течении третьего года обучения особое внимание уделяется слаженности и синхронности движений, умение танцевать в ансамбле, видеть и чувствовать движения партнера. Весь материал подобран исходя из возрастных особенностей детей.

## II. Содержательный раздел

Работа ведётся определёнными периодами – циклами. В течение цикла педагог разучивает с детьми материал одного из разделов. Первая часть цикла отводится освоению новых знаний. Вторая - повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями. Третья, четвертая – окончательному закреплению пройденного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно вживаться в изучаемый материал. Кроме основных разделов занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку и развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию.

Ожидаемые результаты. В процессе реализации программы дети будут:

- Уметь двигаться правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага.
- Чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы.
- Закреплять знания и навыки.
- Участники группы за три года обучения должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь хороших результатов.

### Содержание программы средняя группа (4-5 лет)

| Раздел          | Тема занятий                            | Программное содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Задачи                                                                                                                    |
|-----------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Вводное занятие | Занятия 1<br>«Приходите к нам на танцы» | Знакомство с детьми. Что такое танец.<br>Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса. Положение рук. Танцевальный шаг с носка.<br>Провести начальную диагностику на элементарных движениях.<br>Танец «Повторяйте все за мной» (шаг с носка, хлопки, притопы, прыжки на двух ногах).<br>Игра «У медведя во бору». | -развивать интерес к занятиям;<br>-формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног. |
| Ритмика,        | Занятия 2-7                             | Маршировка (шаг с высоким подниманием колен, танцевальный шаг с носка, дробный                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | -развивать интерес к занятиям;                                                                                            |

|                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| танцевальные движения и упражнения | «Танцевальная обучалочка»                                    | шаг). Разучивание танцевальных движений (боковой шаг-притоп, боковой шаг с притопом и хлопком в ладоши, шаг вправо, шаг влево, выставление ноги на пяточку, прыжки на месте и в кружении) Задания на анализ музыкальных произведений (характер, ритмический рисунок).<br>Разминка «Игроаэробика» (голова – наклоны вперед, в стороны; плечи, руки – подъем и опускание и поочередное опускание и поднимание, движение плечами вперед-назад; ноги-поочередное сгибание с удержанием равновесия, выставление на носочек, на пяточку, прыжки). Разучивание танцевальных движений.<br>Танцевальная композиция «Мухоморчики».<br>Танец-игра «Мы ногами топ-топ, топ».                                                                                                                                                                                                                | -формировать умение выполнять правильно танцевальные движения, перестроения;<br>-формировать осанку и положение тела при выполнении танцевальных упражнений;<br>-развивать ритмичность и пластичность;<br>-развивать выдержку, умение добиваться результатов.              |
|                                    | Занятия 8-14 «Зеркало, делай как я»                          | Маршировка (шаг с высоким подниманием колен, танцевальный шаг с носка, дробный шаг. Перестроения: в круг и из круга-враспынную в шахматный порядок и опять- в круг). Танцевальные движения (боковой шаг-притоп, хлопки в ладоши справа, хлопки слева, хлопки над головой, шаг вправо, шаг влево, выставление ноги на пяточку, кружение на носочках). Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок).<br>Разминка «Танцевалочка» (голова – ритмические покачивания, руки-поднимание, опускание вместе, по одной, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи вверх - и обратно» корпус – наклоны в стороны, ноги – приставные шаги, шаг в сторону, прыжки, прыжки в повороте) Танцевальная композиция «Мухоморчики»; «Капельки».<br>Игра: «У медведя во бору». | -формировать правильное исполнение танцевальных движений;<br>-перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-формировать правильную осанку при выполнении движений;<br>-формировать пластику, культуру движения, их выразительность;<br>-развивать воображение, фантазию. |
|                                    | Занятия 15-19 «Мы-веселые ребята, мы танцуем: раз, два, три» | Маршировка (шаг с высоким подниманием колен, танцевальный шаг с носка, дробный шаг. Перестроения: в круг и из круга-враспынную в шахматный порядок и опять в круг). Закрепление знакомых танцевальных движений. Задания на анализ музыкальный произведений.<br>Разминка «Обучалочка» (голова – ритмические покачивания, наклоны вперед, в стороны, руки - сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, корпус – наклоны в стороны, ноги – поочередное сгибание с удержанием равновесия, выставление на носочек, на пяточку, приставные шаги в сторону, прыжки «ножницы»).<br>Танцевальная композиция «Мухоморчики», «Капельки»<br>Музыкальная игра: «Зайцы и волк»; «У медведя во бору», танец-игра «Все спортом занимаются»                                                                                                 | -развивать умение согласовывать движения с музыкой;<br>-формировать чувство товарищества,<br>-развивать умение анализировать музыкальные произведения;<br>-развивать умение слышать окончание музыкальных фраз -заканчивать с окончанием музыки свои движения.             |
| Ритмика, рисунок танца             | Занятия: 20-24 «Веселый зоопарк»                             | Маршировка (шаг с носка, дробный шаг, приставной шаг, подскоки, бег по кругу, бег враспынную. Перестроения – в рассыпную, круг, в пары, в рассыпную)<br>Разминка «Лесные звери» (голова-повороты, ритмичные наклоны, плечи-поднимание и опускание по одному, руки-сгибаем в локтях и опускаем кисти рук вниз-поднимаем согнутые в локтях руки вверх, ноги-выставление на пяточку, носочек, приставной шаг вправо-влево).<br>Танец «Обезьянки».<br>Музыкальная игра: «Мышки».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -формировать умение ориентироваться в пространстве;<br>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-формировать пластичность, культуру движения, выразительность;<br>-развивать выдержку, умение добиваться результатов.                                       |
|                                    | Занятия: 25-29 «Ты и я-вместе мы друзья»                     | Маршировка (шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, подскоки. Перестроения – маленький круг-большой круг, два круга, полукруг).<br>Разминка «Зимние забавы» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед-назад; движение рук вперед-                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -развивать умение ориентироваться в пространстве;<br>-перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-развивать первоначальные навыки координации движений;                                                                                                                |

|                                   |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                   |                                             | <p>назад, движения, имитирующие игру в снежки, «Греем руки». Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в сторону, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен).</p> <p>Танец «Обезьянки».</p> <p>Игра «Мышки», «Если весело живется».</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>-формировать умение передавать заданный образ;</p> <p>-развивать чувство ритма.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                   | Занятия 30-34 «Приглашение к танцу»         | <p>Маршировка (приставной шаг, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, подскоки, бег по кругу, бег врассыпную. Перестроения – в рассыпную, круг, маленький круг-большой круг, в пары).</p> <p>Разминка «Зеркало» (голова – ритмические покачивания, руки-понимание, опускание вместе, по одной, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи вверх - и обратно» корпус – наклоны в стороны, ноги – приставные шаги в сторону, прыжки «ножницы»).</p> <p>Танец «Обезьянки».</p> <p>Игра «Как живешь»; «Мышки»; «Если весело живется».</p>                                                                                                                                         | <p>-формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой;</p> <p>-учить правильной осанке при выполнении движений;</p> <p>-обучать детей движениям в парах;</p> <p>-обучать детей танцевальным движениям;</p> <p>-формировать пластику, культуру движения, выразительность;</p> <p>-формировать навык «легкого шага».</p>                |
| Ритмика, элементы народного танца | Занятия 35-39 «Я хочу танцевать»            | <p>Учимся выполнять движения в парах:</p> <p>Маршировка (шаг с носка, перестроения – парами и врассыпную Ритмические движения: хлопки в ладоши – простые, справа, слева; положение рук: перед собой, вверх, вниз, справа и слева на уровне головы, пружинка – легкое приседание. Музыкальный размер 2/4, темп медленный. Приседание на два такта, на один такт. Ходьба парами – движение начинаем и заканчиваем в соответствии с началом и окончанием звучания музыки).</p> <p>Разминка «Мы-друзья» (голова-повороты к партнеру и от него, пружинка в парах, притоп ногой, вытягивание вверх и опускание рук; корпус – повороты, наклоны в сторону, ноги – приседания, вперед-назад, прыжки на двух ногах).</p> <p>Танец: «Ах вы, сени».</p> <p>Игра «Воробушки и кошка».</p> | <p>-развивать умение правильно выполнять танцевальные шаги;</p> <p>-формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-развивать навык перестроения из одного рисунка в другой;</p> <p>-учить передавать заданный образ;</p> <p>-формировать правильную осанку при исполнении движений;</p> <p>-повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</p> |
|                                   | Занятия 40-44 «Подружись, вместе покружись» | <p>Маршировка (шаг с носка, шаг с ударом, подскоки. Перестроения – круг, сужение и расширение круга).</p> <p>Разминка «Раз, два, три, четыре» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны.. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад. Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте. Притопы одинарные, двойные. Полуприсядка. Хлопушки в ладоши, по бедру. Кружения; «Ковырялочка с притопом».</p> <p>Танец: «Ах вы, сени».</p> <p>Игра «Веселый оркестр»; «Воробушки и кошка».</p>                                                                                                                     | <p>-формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-тренировать в перестроении из одного рисунка в другой;</p> <p>-учить правильной осанке при исполнении движений;</p> <p>-познакомить детей с особенностями танцев, научить передавать заданный образ;</p> <p>-развивать фантазию и воображение.</p>                                                                                 |
|                                   | Занятия 45-49 «Топ-хлоп, каблучок»          | <p>Маршировка (приставной шаг вперед, галоп, подскоки, танцевальный бег. Перестроения – круг, сужение и расширение круга, круг в круге).</p> <p>Разминка «Разминашки» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, корпус-наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, приставные шаги)</p> <p>Танец: «Ах вы, сени».</p> <p>Игра: «Мишка-лежебока»; «Веселый оркестр»; «Воробушки и кошка».</p>                                                                                                                                                                                          | <p>-учить перестраиваться из одного рисунка в другой;</p> <p>-формировать правильную осанку при выполнении движений;</p> <p>-формировать пластику, культуру движения, их выразительность;</p> <p>-развивать воображение, фантазию.</p>                                                                                                                                                            |
| Ритмика,                          | Занятия 50-54                               | Маршировка (шаг с высоким подниманием колена, подскоки, бег по кругу, бег в парах.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | -формировать умение ориентироваться в пространстве;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                               |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| элементы эстрадного танца     | «Раз ладошка, два ладошка»                       | Перестроения – в рассыпную, шеренга, круг, в пары, в рассыпную).<br>Разминка «Я танцую» (голова – ритмические покачивания, наклоны, плечи, руки-понимание, опускание плеч вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки, прыжки в повороте).<br>Танец: «Раз ладошка, два ладошка».<br>Игра: «Все спортом занимаются».                                                                                                                          | -перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-формировать пластику, культуру движения, выразительность;<br>-формировать навык «легкого шага».                                                                                                               |
|                               | Занятия 55-59 «Танцевальная карусель»            | Маршировка (шаг с носка, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, подскоки, бег. Перестроения – круг, в рассыпную, в круг)<br>Разминка «Зарядка» (приседания, наклоны, повороты туловища, махи согнутыми ногами, выпады – исполняются совместно с движениями рук, головы. Перестроение: в круг в шахматный порядок, в колонну друг за другом).<br>Танцевальная композиция: «Раз ладошка, два ладошка»; «Тучка обиделась».<br>Игра «Если весело живется».                                                                                                                                                                  | -формировать умение ориентироваться в пространстве;<br>-развивать координацию движений;<br>-развивать музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы;<br>-развивать внимание, быстроту реакции;<br>-развить артистизм;<br>-формировать правильную осанку. |
|                               | Занятия 60-63 «Давайте построим большой хоровод» | Маршировка (шаг с высоким подниманием колен, танцевальный шаг с носка, дробный шаг. Перестроения: в круг и из круга-вссыпную в шахматный порядок - в круг).<br>Закрепление знакомых танцевальных движений. Задания на анализ музыкальный произведений.<br>Разминка «Умники» (голова-повороты к партнеру и от него, пружинка в парах, притоп ногой, вытягивание вверх и опускание рук; корпус – повороты, наклоны в сторону, ноги – приседания, вперед-назад, прыжки на двух ногах).<br>Танцевальная композиция: «Раз ладошка, два ладошка»; «Тучка обиделась».<br>Игра «Если весело живется»; «Все спортом занимаются». | -формировать умение ориентироваться в пространстве;<br>-развивать навык перестроения из одного рисунка в другой;<br>-учить передавать заданный образ;<br>-формировать правильную осанку при исполнении движений;<br>-развивать чувство ритма;                  |
| Итоговое занятие, диагностика | Занятие 64 «Танцевать мы научились»              | Маршировка (приставной шаг, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, подскоки, бег по кругу, Перестроения – в рассыпную, круг, в пары) Танцевалочка» (голова – ритмические покачивания, руки-понимание, опускание вместе, по одной, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи вверх - и обратно» корпус – наклоны в стороны, ноги – приставные шаги, шаг в сторону, прыжки, прыжки в повороте)<br>Повтор знакомых танцев.<br>Игра: любая по выбору детей.                                                                | -вспомнить знакомые упражнения и танцы;<br>-закреплять умение выполнять перестроения;<br>-формировать музыкальный слух и чувства ритма;<br>-развивать воображение, фантазию.                                                                                   |

Содержание программы старшая группа (5-6 лет)

| Раздел                                      | Тема занятий                         | Программное содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Задачи                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Вводное занятие, диагностика                | Занятия 1 «Приходите к нам на танцы» | Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса. Положение рук. Повтор знакомых танцевальных движений.<br>Разминка «Топ по паркету» (хлопки, притопы, прыжки на двух ногах).<br>Игра «Зайцы и волк».                                                             | -формировать интерес к занятиям;<br>-формировать общую культуру личности ребенка;<br>-формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног;<br>-развивать воображение, фантазию. |
| Ритмика, танцевальные движения и упражнения | Занятия 2-7 «Делай как я»            | Маршировка (шаг с высоким подниманием колен, танцевальный шаг с носка, дробный шаг. Перестроения: в круг и из круга-вссыпную в шахматный порядок - в круг).<br>Разминка «Я танцую» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки-понимание, опускание плеч вместе, по одному, круговые движения, сгибание, | -развивать умение правильно выполнять танцевальные шаги;<br>-формировать умение ориентироваться в пространстве;<br>-развивать навык перестроения из одного рисунка в                                              |

|                        |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                                                     | разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки, прыжки в повороте). Танцевальная композиция: «Повторяй за мной». Игра: «Смешарики-пилоты».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | другой;<br>-учить передавать заданный образ;<br>-формировать правильную осанку при исполнении движений;<br>-развивать чувство ритма;                                                                                                                                                                                          |
|                        | Занятия 8-14<br>«Танцы любят все на свете»          | Маршировка (шаг с носка, дробный шаг, приставной шаг, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, подскоки, бег по кругу, бег враспынную. Перестроения – в рассыпную, круг, маленький круг-большой круг, в пары, два круга, полукруг) Разминка «Танцевалочка» (голова – ритмические покачивания, руки-понимание, опускание вместе, по одной, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи вверх - и обратно» корпус – наклоны в стороны, ноги – приставные шаги, шаг в сторону, прыжки, прыжки в повороте, прыжки «ножницы»). Танец: «Разноцветная игра». Игра «Как живешь».                                                                                                                                               | - развивать внимание, быстроту реакции;<br>-развить артистизм;<br>-формировать правильную осанку;<br>-формировать правильное исполнение танцевальных шагов;<br>-перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-формировать правильную осанку при выполнении движений.                                                        |
|                        | Занятия 15-19<br>«Вот они какие эти танцы заводные» | Маршировка (шаг с носка, дробный шаг, приставной шаг, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, подскоки, бег по кругу, бег враспынную. Перестроения: в круг и из круга-враспынную в шахматный порядок - в круг в пары, два круга, полукруг). Разминка «Раз, два, три, четыре» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус-наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, приставные шаги). Танец: «Разноцветная игра». Игра «Как живешь»; «Смешарики-пилоты».                                                                                     | -формировать пластику, культуру движения, их выразительность;<br>-развивать воображение, фантазию;<br>-улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц;<br>-продолжить знакомить детей со штрихами музыки (стаккато, легато) отражение их движениями: хлопками, шагами, бегом, плавными и резкими движениями головы. |
| Ритмика, рисунок танца | Занятия 20-24<br>«Здравствуй, сказка»               | Маршировка (шаг с высоким подниманием колен, танцевальный шаг с носка, дробный шаг; шаг - приставить, шаг-каблук; повороты вправо-влево. Перестроения – круг, из большого в маленький и обратно, колонна, круг). Разминка «Сказочные герои» (голова – повороты вправо-влево, наклоны к правому, к левому плечу; движения кистями рук вверх-вниз, сгибание-разгибание в локтевых суставах, вытягивание вверх и опускание рук; корпус – повороты, наклоны в сторону, вперед; ноги – поочередное поднимание пятки, приседания, приставные шаги в стороны, вперед-назад, поднимание колен вперед, в стороны, прыжки на двух ногах, ноги вместе-врозь, пружинка – легкое приседание. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт) Танец: «Дружба»; «Разноцветная игра». Игра «Помогатор. Фиксики» | -формировать умение ориентироваться в пространстве, перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-развивать первоначальные навыки координации движений;<br>-продолжить знакомить детей с темпами музыки (медленный, умеренный, быстрый);<br>-продолжить знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте-пиано).     |
|                        | Занятия 25-29<br>«Зимние забавы»                    | Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения – круг, две колонны, два круга, круг, колонна, полукруг) Разминка «Зимние забавы» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед-назад; движение рук вперед-назад, движения, имитирующие игру в снежки, «Греем руки». Ноги – поднимание на полупальцы., поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол,                                                                                                                                                                                                                                                                        | -формировать правильное исполнение танцевальных шагов;<br>-формировать умение ориентироваться в пространстве;<br>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-разогреть мышцы; учить передавать заданный образ;<br>-формировать правильную осанку при исполнении движений;                                        |

|                                   |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                   |                                          | <p>выпады в сторону, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен).</p> <p>Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки, хлопки, притопы.</p> <p>Танец: «Дружба»; «Разноцветная игра».</p> <p>Игра «У медведя во бору».</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>-развивать чувство ритма;</p> <p>-повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                   | Занятие 30-34<br>«Лесная прогулка»       | <p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, поскоки. Перестроения – круг, два круга, круг, колонна.</p> <p>Разминка «Гномики» (голова – повороты в стороны, наклоны вперед, в стороны, полукруг. Плечи – поднимание вверх и опускание вниз, круговые движения. Руки – круговые движения кистями рук и сгибание в локтевом суставе, поднимание и опускание прямых рук. Корпус – наклоны в стороны, вперед, повороты. Ноги – поочередное поднимание пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки, галоп в стороны, подскоки на месте).</p> <p>Танец: «Дружба»; «Разноцветная игра».</p> <p>Игра «У медведя во бору», «Помогатор. Фиксики».</p>                                                                                                                                                                                             | <p>-формировать пластику, культуру движения, их выразительность;</p> <p>-развивать артистичность и воображение;</p> <p>-закреплять умение слушать музыку, её характер, темп;</p> <p>-развивать внимание, быстроту реакции;</p> <p>-развить артистизм;</p> <p>-формировать правильную осанку.</p>                                                                                                                     |
| Ритмика, элементы народного танца | Занятия: 35-39<br>«Во саду ли в огороде» | <p>Маршировка (Притопы одинарные, двойные, тройные, хлопучки в ладоши, по бедру. Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка с притопом»). Исполнение движений с одновременной работой рук.</p> <p>Перемещения – круг, два круга, круг, звездочка, сужение и расширение круга, круг в круге)</p> <p>Разминка «Ах, вы, сени» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг вперед. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед-назад; поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад. Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полупальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен).</p> <p>Танец: «Русский народный танец».</p> <p>Игра: «Я от тебя улечу-улечу».</p> | <p>-развивать умение точно и ритмично выполнять танцевальные движения;</p> <p>-формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-тренировать в перестроении из одного рисунка в другой;</p> <p>-учить правильной осанке при исполнении движений;</p> <p>-познакомить детей с особенностями русского танца, научить передавать заданный образ;</p> <p>-развивать фантазию и воображение.</p>                 |
|                                   | Занятия 40-44<br>«Приглашение к танцу»   | <p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроение – круг, змейка, квадрат, колонна, полукруг, две колонны. Поклон мальчиков, поклон девочек, приставной шаг, покачивание, поворот в паре, кружения).</p> <p>Разминка «Раз, два, три, четыре» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, сгибание, разгибание пальцев рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус-наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полупальцы, приставные шаги, упражнение «лыжник» в разных ритмических рисунках).</p> <p>Танец: «Русский народный танец».</p> <p>Игра «Если весело живется делай так».</p>                                                                                                           | <p>-формировать правильное исполнение танцевальных шагов;</p> <p>-формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой;</p> <p>-формировать правильную осанку при выполнении движений;</p> <p>-Продолжить обучать танцевальным движениям;</p> <p>-формировать пластику, культуру движения, их выразительность;</p> <p>-развивать воображение, фантазию.</p> |
|                                   | Занятия 45-49<br>«Я хочу танцевать»      | <p>Маршировка (Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные, хлопучки в ладоши, по бедру. Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка с притопом»).</p> <p>Разминка «Танцевашки-разминашки» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг вперед. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед-</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>-закреплять правильное исполнение танцевальных шагов</p> <p>- ориентироваться в пространстве, перестраиваться из одного рисунка в другой;</p> <p>-закреплять умение держать правильную осанку при</p>                                                                                                                                                                                                             |

|                                    |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                    |                                           | <p>назад; поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад. Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полупальцы, поднимание колен, выпады в стороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую, прыжки «ножницы». Бег на месте с высоким подниманием колен).</p> <p>Танец: «Русский народный танец».</p> <p>Игра: «Если весело живется делай так»; «Я от тебя улечу-улечу».</p>                                                                                                                                                                                                                                               | <p>выполнении движений;</p> <p>-продолжить учить передавать заданный образ;</p> <p>-развивать чувство ритма;</p> <p>-развивать умение слушать музыку, понимать её настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.</p>                                                                             |
| Ритмика, элементы эстрадного танца | Занятия 50-54 «Ты мой друг и я твой друг» | <p>Маршировка (шаг с носка, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг в круге, в рассыпную).</p> <p>Разминка «Зверята» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – понимание, опускание плеч вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полупальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки, прыжки в повороте).</p> <p>Танец: «Веселый».</p> <p>Игра «Мы сперва пойдем направо».</p> | <p>-формировать правильное исполнение танцевальных шагов;</p> <p>-формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой;</p> <p>-учить правильной осанке при выполнении движений;</p> <p>-формировать пластику, культуру движения, выразительность.</p> |
|                                    | Занятие 55-59 «Мы – маленькие Звезды»     | <p>Маршировка (шаг с носка, переменный, пружинящий шаг, подскоки. Перестроения – змейка, круг, две колонны, четыре колонны, полукруг)</p> <p>Разминка «Поле чудес» (Голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, по «три с паузой по очереди», круговые движения. Руки – круговые движения кистями, в локтевом суставе, прямых рук. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – отрывистый шаг на месте с носка на пятку поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы, прыжки, галоп в стороны, подскоки на месте)</p> <p>Танец: «Просто, просто, мы маленькие звезды».</p> <p>Игра: «Если весело живется».</p>                                                                | <p>- развивать внимание, быстроту реакции;</p> <p>-закреплять правильное исполнение танцевальных шагов</p> <p>- ориентироваться в пространстве, перестраиваться из одного рисунка в другой;</p> <p>-формировать выразительность движений;</p> <p>-развивать воображение, фантазию.</p>                          |
|                                    | Занятие 60-63 «Посмотрите, мы – танцуем»  | <p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, круг, четыре колонны, змейка, квадрат)</p> <p>Разминка «Зарядка» (подъем на полупальцы, приседания, наклоны, повороты туловища, махи согнутыми ногами, выпады – исполняются совместно с движениями рук, головы)</p> <p>Танец: «Просто, просто, мы маленькие звезды», «Веселый».</p> <p>Игра «Мы сперва пойдем направо»; «Если весело живется».</p>                                                                                                                                                                             | <p>формировать умение правильно выполнять танцевальные шаги;</p> <p>-формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой;</p> <p>-развивать координацию движений;</p> <p>-формировать правильную осанку.</p>                                          |
| Итоговое занятие, диагностика      | Занятие 64 «Танцевать мы научились»       | <p>Маршировка (шаг с носка, дробный шаг, приставной шаг, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, подскоки, бег по кругу, бег в рассыпную. Перестроения: из круга-врассыпную в шахматный порядок и опять- в круг).</p> <p>Разминка «Раз, два, три, четыре» (голова – ритмические покачивания, наклоны; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус-наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, приставные шаги)</p> <p>Повтор знакомых танцев.</p> <p>Игра: любая по выбору детей.</p>                     | <p>-вспомнить знакомые упражнения и танцы;</p> <p>-закреплять умение выполнять сложные и простые перестроения;</p> <p>-формировать музыкальный слух и чувства ритма;</p> <p>-развивать воображение, фантазию.</p>                                                                                               |

Содержание программы подготовительная к школе группа (6-7 лет)

| Раздел                                      | Тема занятий                                          | Программное содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Задачи                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Вводное занятие, диагностика                | Занятие 1<br>«Встанем, дети, в круг»                  | Приветствие. Основные правила поведения в музыкальном зале, правила техники безопасности.<br>Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую» (повтор со второго года обучения).<br>Танец-игра «Я от тебя улечу-улечу».<br>Игра «Если весело живется делай так».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -вспомнить знакомые упражнения и танцевальные композиции из материала прошлого года;<br>-формировать интерес к занятиям;<br>-развивать музыкальный слух и чувства ритма;<br>-развивать воображение, фантазию.                                                                                                                                                                        |
| Ритмика, танцевальные движения и упражнения | Занятие 2-7<br>«Жители волшебной страны»              | Маршировка (шаг с носка, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг, в рассыпную)<br>Разминка «Заводные человечки» (голова – повороты в стороны, наклоны вперед. Плечи – поднимание вверх и опускание вниз. Руки – круговые движения кистями рук и сгибание в локтевом суставе, поднимание и опускание прямых рук. Корпус – наклоны в стороны, вперед. Ноги – топающий шаг на месте, «пружинка», приставные шаги. Прыжки, подскоки на месте).<br>Танец: «Шуточный».<br>Игра: «Все спортом занимаются».                                                                     | -развивать внимание, быстроту реакции;<br>-закреплять правильное исполнение танцевальных шагов<br>-ориентироваться в пространстве, перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-формировать выразительность движений;<br>-развивать воображение, фантазию.                                                                                                                        |
|                                             | Занятия 8-14<br>«Шутки-прибаутки»                     | Маршировка (приставной шаг вперед, пружинящий шаг, подскоки, бег. Перестроения – две шеренги, круг, две колонны, круг, в рассыпную).<br>Разминка «Огородное Пугало» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус-наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полупальцы, приставные шаги)<br>Танец: «Шуточный».<br>Игра: «У оленя дом большой».                                                                                  | -формировать пластику, культуру движения, их выразительность;<br>-развивать артистичность и воображение;<br>-закреплять умение слушать музыку, её характер, темп;<br>развивать внимание, быстроту реакции;<br>-развить артистизм;<br>-формировать правильную осанку.                                                                                                                 |
|                                             | Занятия 15-19<br>«Раз, два, три-кто танцует посмотри» | Маршировка (приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – в рассыпную, шеренга, две шеренги, круг, в пары, круг, в рассыпную)<br>Разминка: «Раз, два, три, четыре» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, сгибание-разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус-наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, приставные шаги)<br>Танец: «Шуточный»<br>Игра: «У оленя дом большой»; «Все спортом занимаются»                | -развивать умение ориентироваться в пространстве;<br>-продолжать тренировать детей в точном и четком исполнении танцевальных движений;<br>-формировать пластику, культуру движений;<br>-закреплять умение слушать музыку, понимать её настроение, характер, передавать их в движениях;<br>-развивать чувство ритма.                                                                  |
| Ритмика, рисунок танца                      | Занятия 20-24<br>«Особенная прогулка»                 | Маршировка (приставной шаг вперед, пружинящий шаг, галоп, подскоки, боковые приставные шаги, хлопки в разных ритмических рисунках, притопы. Перестроения – две шеренги, круг, четыре колонны, змейка, квадрат)<br>Разминка «В парке» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание пальцев рук, движение кистями рук, упражнение «плечи вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полупальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжок в повороте, прыжки «ножницы».<br>Танец: «Моя Россия»; «Шуточный». | -формировать умение четко выполнять танцевальные движения;<br>-закреплять умение ориентироваться в пространстве;<br>- передавать заданный образ;<br>-развивать и закреплять навыки танцевальных движений русского танца;<br>-формировать пластику, культуру движения их выразительность;<br>-развивать координацию движений;<br>-закрепить позиции ног, рук, положение рук на поясе. |

|                                            |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                            |                                                  | Игра «Плетень».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                            | Занятия 25-29<br>«В гостях у<br>Белоснежки»      | Маршировка (Приставные шаги, галоп, хлопки, притопы в разных ритмических рисунках, движение «пятка-носок» с наклоном корпуса, подскоки в повороте. Перестроения - круг, диагонали, квадрат, четыре колонны) Разминка «Гномики» (голова – повороты в стороны, наклоны вперед, в стороны, полукруг. Плечи – поднимание вверх и опускание вниз, круговые движения. Руки – круговые движения кистями рук и сгибание в локтевом суставе, поднимание и опускание прямых рук. Корпус – наклоны в стороны, вперед, повороты. Ноги – топающий шаг на месте, поочередное поднимание пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки, галоп в стороны, подскоки на месте). Танец «Моя Россия»; «Шуточный». Игра «Смешарики-пилоты».                                               | - ориентироваться в пространстве, перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-закреплять умение держать правильную осанку при выполнении движений;<br>-продолжить учить передавать заданный образ;<br>-развивать чувство ритма;<br>-развивать умение слушать музыку, понимать её настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.                                   |
|                                            | Занятие 30-34<br>«Лесные<br>приключения»         | Маршировка (приставной шаг вперед, пружинящий шаг, притопы в разных ритмических рисунках, движение «пятка-носок» с наклоном корпуса, подскоки в повороте Перестроения – две шеренги, круг, четыре колонны, змейка, квадрат, диагонали) Разминка «Лесные звери» (Голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во 2 позицию и закрывание в положение на талию, поочередное поднимание и опускание рук – талия, плечи, вытянуть вверх. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – притопы: одинарный, двойной, тройной. Поднимание колен, полуприсядка. Прыжки – позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте). Танец «Моя Россия»; «Шуточный». Игра: «Смешарики-пилоты»; «Плетень». | -формировать пластику, культуру движения, их выразительность;<br>-развивать артистичность и воображение;<br>-закреплять умение слушать музыку, её характер, темп;<br>развивать внимание, быстроту реакции;<br>-развить артистизм;<br>-формировать правильную осанку.                                                                                                                 |
| Ритмика,<br>элементы<br>народного<br>танца | Занятие 35-39<br>«На лесной<br>полянке»          | Маршировка (переменный шаг, пружинящий шаг, дробный шаг, галоп, подскоки, боковые приставные шаги. Перестроения – круг, колонна, два круга, полукруг, круг) Разминка: «На полянке» (голова - наклоны и повороты, плечи-круговые движения вперед, хлопки под коленом, переменный шаг вперед, простая дробная дорожка, плавные движения руками, переступания с легким ударом каблук). Танец: «Русский народный в современной обработке». Игра: «Как живешь».                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | -формировать правильное исполнение танцевальных шагов;<br>-формировать умение ориентироваться в пространстве;<br>-формировать умение выполнять танцевальные движения русского танца;<br>-формировать пластику, культуру движения, их выразительность;<br>-развивать артистичность и воображение;                                                                                     |
|                                            | Занятия 40-44<br>«Как танцуем,<br>посмотри»      | Маршировка (переменный шаг, пружинящий шаг, переменный шаг, галоп, подскок, перестроения в парах, кружения. Перестроения – змейка, круг, две колонны, четыре колонны, полукруг). Разминка «Поле чудес» (Голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи - поочередное поднимание и опускание, по «три с паузой по очереди», круговые движения. Руки - круговые движения кистями, в локтевом суставе, прямых рук. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – отрывистый шаг на месте с носка на пятку поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы, прыжки, галоп в стороны, подскоки на месте) Танец: «Русский народный в современной обработке». Игра: «Четыре шага» и другие знакомые игры.                                                                  | -формировать умение четко выполнять танцевальные движения;<br>-закреплять умение ориентироваться в пространстве;<br>- передавать заданный образ;<br>-развивать и закреплять навыки танцевальных движений русского танца;<br>-формировать пластику, культуру движения их выразительность;<br>-развивать координацию движений;<br>-закрепить позиции ног, рук, положение рук на талии. |
|                                            | Занятия 45-49<br>«Из<br>бабушкиного<br>сундучка» | Маршировка (переменный шаг, пружинящий шаг, дробный шаг, подскоки, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, «гармошка». Перестроения – круг, две колонны, две змейки, полукруг, четыре колонны) Разминка «Как у нашей бабушки» (голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки –круговые                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -формировать умение детей перестраиваться из одного рисунка в другой;<br>-научить передавать заданный образ;<br>-обучить детей танцевальным движениям русского танца»                                                                                                                                                                                                                |

|                               |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                               |                                      | <p>движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед – и в сторону. Прыжки, галоп, подскоки на месте).</p> <p>Танец «Русский народный в современной обработке».</p> <p>Игра «Четыре шага», «Как живешь» и другие знакомые игры.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <p>-формировать пластику, культуру движения, их выразительность;</p> <p>-развивать чувство товарищества, партнерства.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Элементы эстрадного танца     | Занятия 50-54 «Мы собираемся на бал» | <p>Маршировка (переходы в парах, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроение – круг, диагонали, колонна, через одного на полукруг, круг).</p> <p>Разминка «Мы собираемся на бал» (Голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во 2 позицию и закрывание в положение на талию, вытягивание рук вперед – на талию, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки – по 4 позиции наг, галоп в стороны, подскоки на месте.</p> <p>Танец: «Чунга-чанга»; повтор знакомых танцев.</p> <p>Игра «Мы сперва пойдем направо».</p> | <p>-формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой;</p> <p>-учить правильной осанке при выполнении движений;</p> <p>-обучать детей движениям вальса;</p> <p>-обучать детей новым танцевальным движениям и закреплять умение ритмично выполнять знакомые движения;</p> <p>-формировать навык «легкого шага».</p>                                |
|                               | Занятие 55-59 «На встречу к солнцу»  | <p>Маршировка (переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг. Галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – квадрат, диагональ, круг, колонна, полукруг, круг в круге)</p> <p>Разминка «Весеннее настроение». (Голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения, поднимание «по три раза». Руки – круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поочередное поднимание и опускание, вытягивание сокращения стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки – по 4 позиции наг, галоп в стороны, подскоки на месте).</p> <p>Танцевальная композиция «Чунга-чанга»; «Стекляшки»; повтор знакомых танцев.</p> <p>Игра «Дождик».</p>                                                                                      | <p>-формировать умение четко и ритмично выполнять танцевальные шаги;</p> <p>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой;</p> <p>-формировать правильную осанку при выполнении движений;</p> <p>-продолжить учить передавать заданный образ;</p> <p>-развивать чувство ритма;</p> <p>-формировать умение слушать музыку, понимать её настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.</p> |
|                               | Занятие 60-63 «Веселая карусель»     | <p>Маршировка (приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг в круге, в рассыпную)</p> <p>Разминка «Карусельные лошади» (голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения, поднимание «по три раза». Руки – поднимание и опускание кисти, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поочередное поднимание на полупальцы и опускание. Прыжки – подскоки на месте, бег на месте с высоким подниманием колен).</p> <p>Танцевальная композиция «Чунга-чанга»; «Стекляшки»; повтор знакомых танцев.</p> <p>Игра: «Дождик»; «Мы сперва пойдем направо».</p>                        | <p>-формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-тренировать в перестроении из одного рисунка в другой;</p> <p>-учить правильной осанке при исполнении движений;</p> <p>-развивать умение детей передавать особенности танца, заданный образ;</p> <p>-развивать фантазию и воображение.</p>                                                                                                     |
| Итоговое занятие, диагностика | Занятие 64 «Танцевать мы научились»  | <p>Маршировка (шаг с носка, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг, в рассыпную).</p> <p>Разминка «Весеннее настроение» (Голова – повороты головы, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во 2 позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения локтями, сгибание-</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>-вспомнить знакомые упражнения и танцы;</p> <p>-закреплять умение выполнять сложные и простые перестроения;</p> <p>-формировать музыкальный слух и чувства ритма;</p> <p>-развивать воображение, фантазию.</p>                                                                                                                                                                                             |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поочередное поднимание и опускание, вытягивание сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки – подскоки на месте, прыжки с поворотом).<br>Повтор знакомых танцев.<br>Игра: любая по выбору детей. |  |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

### III. Организационный раздел.

#### Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

| Материалы, оборудование                                                                                                                                                          | Учебные - наглядные пособия. | Информационные и технические средства обучения.                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Музыкальное оборудование<br>Элементы костюмов и сценические костюмы<br>Тренировочная одежда и обувь<br>Игровые атрибуты<br>Ленточки<br>Платочки<br>Флажки<br>Султанчики<br>Цветы | Дидактический материал       | Презентации, компьютер, мультимедиа, музыкальный центр.<br>Серии презентаций в соответствии с тематикой<br>Видео материалы<br>Серия аудио-дисков к музыкальной технологии Т.И.Суворовой «Танцевальная ритмика для детей». |

#### Список литературы:

- 1.Пуртова Т.В. Беликова А.Н. Кветная О.В.Учите детей танцевать. М.: ГИЦ «Владос», 2004.
- 2.Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе».-СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2003.
- 3.Слуцкая С.Л., Танцевальная мозаика. М.:ЛИНКА ПРЕСС, 2006.
- 4.Т.И.Суворовой «Танцевальная ритмика для детей», Серия аудиодисков. – М.: «Весть-ТДА».
5. Интернет-ресурсы.