

**Комитет по образованию администрации городского округа
«Город Калининград»
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Калининграда детский сад №55**

РАССМОТРЕНО
на заседании Педагогического совета
от «04» июня 2019 года

протокол № 6



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ д/с № 55
Е.В. Васильева
Приказ № 53/1 от «04» июня 2019 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
"Азбука движения"**

Срок реализации: 10 месяцев
Возраст обучающихся: 4-7 лет

составитель:
Р.Б. Медетова,
педагог дополнительного
образования

Калининград 2019

Пояснительная записка.

Программа дополнительного образования художественной направленности "Форс" разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Минпросвещения от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», постановлением главного государственного санитарного врача от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"» - Конвенция ООН о правах ребенка 1989 года.

Специфика преподавания хореографии определяется ее многогранным воздействием на ребенка, что обусловлено самой природой танца как синтетического вида, органично сочетающего в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального, изобразительного искусства, литературу.

Танец не только обладает способностью вызывать у зрителя эффект сопереживания к тем или иным событиям, которые разыгрываются на сцене, но и воздействуют на нравственный, эстетический, духовный мир людей. Что касается непосредственного участия в хореографическом коллективе, то оно развивает ребенка всесторонне. Танец играет большую познавательную роль. Занимаясь хореографией, дети открывают для себя традиции, нравы, характер, образ жизни, культуру. Юные танцоры не только исполняют танец, но и изучают его историю, знакомятся с музыкой, костюмом. Танец - это, прежде всего, коллективное творчество. Он позволяет сплотить всех участников; он, как никакой другой вид искусства, помогает устранить стеснительность, скованность. Помимо образовательной, воспитательной, коммуникативной функции занятия хореографией выполняют и функцию оздоровительную. Повышается выносливость, развивается гибкость, подвижность суставов, исправляется сутулость. Занятия хореографией активизируют детей, нацеливают их на участие в жизни коллектива, способствуют тем самым совершенствованию личности.

Новизна и актуальность

Новизна и актуальность данной программы заключается в том, что она носит синтетический и многогранный характер; опирается на возрастную психологию детей; в ней заложены большие возможности эстетического, физического, духовно-нравственного воспитания и творческого развития личности.

Срок реализации программы: 80 часов.

Цель программы:

Создание культурного пространства для развития творческих

способностей детей, воспитания духовной высококультурной личности, сохранения и изучения танцевальных традиций русского народа.

Задачи:

1. Развитие координации слуховых и двигательных навыков, правильной осанки, музыкального ритма.
2. Формирование танцевальных знаний и умений, четкой техники исполнения движений.
3. Развитие художественного вкуса.
4. Воспитание любви к русским народным традициям и обрядам.
5. Воспитание сознательной дисциплины.

Развитие чувства достоинства и самоуважения.

Принципы обучения и воспитания.

- Вариативности, разнообразие и разноуровневости;
- целостности;
- последовательности и преемственности содержания;
- культуросообразности (воспитание в соответствии с нормами и ценностями национальной культуры и региональных традиций, общечеловеческих ценностей);
- природосообразности (воспитание у детей, согласно их полу и возрасту, ответственности за развитие самих себя, за последствия своих действий и поведений);
- сотрудничества и сотворчества детей и взрослых, старших и младших воспитанников, взаимоуважения и доверия на параллели: ребенок - ребенок, ребенок - педагог;
- гуманистической направленности;
- результативности деятельности, направленной на воспитание и обучение.

Программа рассчитана на обучение детей с 3 до 7 лет. Дети, приходящие в коллектив, не имеют базовой хореографической основы, поэтому первый год обучения считается подготовительным.

Формы подведения итогов:

- открытые занятия;
- концерты для родителей внутри коллектива;
- участие в мероприятиях и праздниках;
- проведение итоговых концертов в конце учебного года.

Контроль, оценка результатов обучения детей:

- «Предварительный контроль» - перед началом учебного года, а также перед изучением новой темы.
- «Текущий контроль» - результат усвоения предложенного материала.
- «Промежуточный» - контрольные задания, тесты, открытые занятия.
- «Итоговый» - в конце учебного года.

К концу года обучения дети должны знать:

- Как правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку.
- Иметь навык легкого шага с носка на пятку.
- Приобрести пластику.

- Знать следующие движения: припадание, боковой шаг, шаг с притопом, «ковырялочку».
- Знать позиции ног и рук классического танца.
- Знать правила постановки ног у станка (при выворотной опоре).
- Уметь тактировать руками размеры 2/4, 4/4, 3/4 при двухтактовом вступлении, вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения (марш 4/4).
- Уметь чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного) и уметь передать его в шаге.
- Уметь изображать в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца, выразить образ в родном эмоциональном состоянии - веселья, грусти и т.д.
- Распознать характер стариной и современной музыки, танца, движения, ходы, элементы русского танца - хоровода, перепляса, уметь исполнить фигуры хоровода. Уметь исполнить переменный шаг.

Календарный учебный график
реализации дополнительной общеразвивающей программы
художественной направленности «Форс»

Содержание	Возраст 4-7 лет
Количество групп	2
Начало учебного года	02 сентября
Окончание учебного года	30 июня
Сроки проведения родительских организационных и тематических собраний	сентябрь, май

Продолжительность учебного года

Всего недель	40
1-е полугодие	17
2-е полугодие	23
Продолжительность рабочей недели	5 дней
Дни занятий	понедельник-среда
Время занятий	15.00-16.00
Недельная образовательная нагрузка занятий	2
Периодичность показа деятельности	январь-июнь
Темы итогового занятия	Танец «Маскарад» Танец «Лето»

Тематический план.

Средняя группа.
(занятия проводятся 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	<u>Вводное занятие.</u>
2.	<u>Партерная гимнастика:</u> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; - упражнения для улучшения гибкости позвоночника; - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; - упражнения для исправления осанки; - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
3.	<u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия колонка; - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал; - различие правой, левой руки, ноги, плеча; - повороты вправо, влево; - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7); - движение по линии танца, против линии танца.
4.	<u>Упражнения для разминки:</u> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»; - повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; - повороты плеч с одновременным полуприседанием; - движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх; - «Качели» (плавный перекал с полупальцев на пятки); - чередование шагов на полупальцах и пяточках; - прыжки поочередно на правой и левой ноге; - простой бег (ноги забрасываются назад); - «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра); - «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра); - «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед); - прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без; - бег на месте и с продвижением вперед и назад.
5.	<u>Классический танец.</u> 1. Постановка корпуса. 2. Положения и движения рук: - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти; - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца;

	<p>- раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению;</p> <p>3. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie (по 1 позиции); - relieve (по 6 позиции); - sotté (по 6 позиции); - легкий бег на полупальцах; - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции); - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <p>4. Танцевальные комбинации.</p>
6.	<p><u>Народный танец.</u></p> <p>1. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к началу движения (ладошка на талии); - хлопки в ладоши; - взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.); - положение «полочка» (руки перед грудью); - положение «лодочка». <p>2. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая); - простой бытовой шаг; - «Пружинка»-маленькое тройное приседание (по 6 позиции); - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса; - battement tendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере; - battement tendu вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием; - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами; - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции; - простой приставной шаг с притопом; - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без); - приставной шаг с приседанием; - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота; - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам , лицом друг к другу (положение рук «лодочка»); - «елочка»; - «ковырялочка»; - поклон в русском характере (без рук). <p>3. Танцевальные комбинации.</p>
7.	<p>Танцевальные этюды, танцы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетный танец «Лето».
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
9.	Итоговое контрольное занятие.
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 80 часов	

Старшая группа.
(занятия проводятся 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<p><u>Классический танец :</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Упражнения на ориентировку в пространстве: - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А.Я.Вагановой.</p> <p>3. Положения и движения рук: - перевод рук из одного положения в другое.</p> <p>4. Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные); - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; - танцевальный шаг назад в медленном темпе; - шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад). - relieve по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2 ,1/4, 1/8); - demi-plie по 1,2,3 поз.; - demi-plie с с одновременной работой рук; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - sette по 1,2,6 поз.; - sette в повороте (по точкам зала).</p> <p>5. Танцевальные комбинации.</p>
4.	<p><u>Народный танец :</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения рук: - положение на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок; - переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца); - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»; - «приглашение».</p> <p>3. Положение рук в паре: - «лодочка» (поворот по руку); - «под ручки» (лицом вперед); - «под ручки» (лицом друг к другу); - сзади за талию (по парам, по тройкам).</p> <p>4. Движения ног: - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом; - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию); - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в</p>

	<p>сочетании с demi-plie;</p> <ul style="list-style-type: none"> - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом; - притоп простой, двойной, тройной; - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; - простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; - простой дробный ход (с работой рук и без); - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга); - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками; - танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию); - прыжки с поджатыми ногами; - «шаркающий шаг»; - «елочка»; - «гармошка»; - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад; - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции; - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции. <p><u>(мальчики)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции); - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция). <p><u>(девочки)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями) - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»; - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»; <p>5. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диагональ; - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре; - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка». <p>6. Танцевальные комбинации.</p>
5.	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. Постановка корпуса, головы, рук и ног.</p> <p>1. Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги: бытовой, танцевальный; - поклон и реверанс; - боковой подъемный шаг (par eleve); - « боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); - «пике» (одинарный, двойной) в прыжке; - легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед. <p>2. Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика; - « боковой галоп» вправо, влево; - легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону.

	3. Положения рук в паре: - основная позиция; - «корзиночка». 4. Танцевальные комбинации.
6.	Этюды: - сюжетный танец «Мотылек»; - «Кадриль»; - «Вальс».
7.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
8.	Итоговое контрольное занятие.
9.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 80 часов	

Подготовительная к школе группа.

(занятия 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<u>Классический танец:</u> 1. Повтор 2 года обучения. 2. Движения рук: - port de bras. 3. Движения рук: -demi-plie ; - battement tendu; - passé; - relleve. 4. Танцевальные комбинации.
3.	<u>Народный танец:</u> 1. Повтор 2 года обучения. 2. Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки). 3. Движения ног: - поклон в русском характере; - кадрильный шаг с каблука; - шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу); - пружинящий шаг; - хороводный шаг; - хороводный шаг с остановкой ноги сзади; - хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок; - переменный ход вперед, назад; - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук); - ковырялочка с подскоком; - боковое «припадание» по 3 поз.;

	<ul style="list-style-type: none"> - «припадание» в повороте; - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону; - поочередное выбрасывание ног перд собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад); - подготовка к «веревочке»; - «веревочка»; - прыжок с поджатыми; <u>(девочки):</u> - вращение на полупальцах; <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»); - присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу; - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук; - скользящий хлопок по бедру, по голени; -одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад; - «гусиный шаг». 4. Движения в паре: <ul style="list-style-type: none"> - соскок на две ноги лицом друг к другу; - пружинящий шаг под ручку (в повороте). 6. Упражнения на ориентировку в пространстве: <ul style="list-style-type: none"> - «воротца»; - «карусель». 5. Танцевальные комбинации.
4.	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. Повтор 2 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения ног:</p> <p>Полька:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг польки (по одному, по парам); - раг польки в сочетании с подскоками; - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад); - прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам). <p>Вальс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг вальса (по одному, по парам); - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад). <p>Полонез:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раг полонеза; - раг полонеза в парах по кругу. <p>Чарльстон:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основное движение – «чарльстона»; - двойной чарльстон; - чередование одинарного и двойного чарльстона; - чарльстон с точкой вперед, назад, с продвижением вперед, назад, с поворотом; - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны. <p>3. Движения в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину; - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта). <p>4. Танцевальные комбинации.</p>

5.	Этюды: - «Русская плясовая»; - «Полька»; - «Чарльстон».
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 80 часов.	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Средняя группа

№ занятия	Тема	КОЛ-ВО часов
1-2	Вводное занятие.	2
3-4	Партерная гимнастика.	2
5-6	Партерная гимнастика.	2
7-8	Партерная гимнастика.	2
	Всего:	8
9-10	Постановка корпуса. Упражнения на ориентировку в пространстве: - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия, колонка.	2
11-12	Упражнения для разминки: - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками. Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал.	2
13-14	Положения и движения рук: - подготовка к началу движения (ладошка на талии). Положения и движения ног: - простой бытовой шаг вперед с каблука.	2
15-16	Положения и движения ног: - 6 позиция. Упражнения для разминки: - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полу-пальцах и пяточках (чередование шагов). Положения и движения ног:	2

	- легкий бег на полупальцах.	
	Всего:	8
17-18	Упражнения на ориентировку в пространстве: - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево. Упражнения на ориентировку в пространстве: - движения по линии танца, против линии танца.	2
19-20	Положения и движения ног: - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса. Упражнения для разминки: - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.	2
21-22	Упражнения для разминки: - «Цапелки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра.	2
23-24	Упражнения для разминки: - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге. Упражнения на ориентировку в пространстве: - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7). (к.т.) Положения и движения ног: -sote (6 позиция).	2
	Всего:	8
25-26	Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2,3)	2
27-28	Положения и движения ног: - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая).	2
29-30	Упражнения для разминки: - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию с одновременным раскрыванием рук в стороны. (к.т.) Положения и движения рук: - постановка кисти; - подготовительная позиция; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к началу движения.	2
31-32	Положения и движения рук: - позиции рук (1-3); - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.	2
	Всего:	8
33-34	Положения и движения рук: - раскрывание и закрывание рук.	2

	Положения и движения ног: - relieve по 6 позиции подряд на каждый сет муз. такта и с фиксацией наверху.	
35-36	Положения и движения ног: - demi-plie (1 поз.). (н.т.) Положения и движения ног: - battement tendu вперед, сторону на носок с переводом на каблук в русском характере.	2
37-38	Положения и движения ног: - battement tendu на носок с переводом на каблук и одновременным приседанием. Положения и движения рук: - хлопки в ладоши.	2
39-40	Положения и движения ног: - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.	2
	Всего:	8
41-42	Положения и движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед). Положения и движения ног: - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции).	2
43-44	Положения и движения рук: - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.). Положения и движения ног: - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.	2
45-46	Положения и движения ног: - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.	2
47-48	Положения и движения рук: - «Полочка» (руки согнутые в локтях, перед грудью). Положения и движения ног: - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без).	2
	Всего:	8
49-50	Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.	2
51-52	Положения и движения ног: - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения);	2

	- приставные шаги по парам, лицом друг к другу. Положения и движения рук: - «Лодочка» (положение рук в паре).	
53-54	Положения и движения ног: - «Ковырялочка»; - «Ковырялочка» (с притопом).	2
55-56	Положения и движения ног: - «Елочка»; - поклон в русском характере (без рук).	2
	Всего:	8
57-58	Положения и движения ног: - перенос корпуса с одной ноги на другую (через batte-ment tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков.	2
59-60	Положения и движения рук: - основная позиция (внутренние руки партнеров вытянуты вперед). Положения и движения ног: - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции).	2
61-62	Положения и движения рук: - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.). Положения и движения ног: - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции.	2
63-64	Положения и движения ног: - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием.	2
	Всего:	8
65-66	Положения и движения рук: - позиции рук (1-3); - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца.	2
67-68	Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето».	2
69-70	Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето».	2
71-72	Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето».	2
	Всего:	8
73-74	Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето».	2
75-76	Подготовка к контрольному итоговому занятию.	2
77	Итоговое контрольное занятие.	1
78-80	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.	3
	Всего:	8
	ИТОГО:	80
	Самоподготовка	Июль-

	Просмотр видео материалов	август
	Подготовка костюмов	
	Подбор музыкального материала	
	История современной хореографии	
	Изучение хореографической литературы	
	Посещение мастер-классов	
	Изучение психологии	

Старшая группа

№ занятия	Тема	КОЛ-ВО часов
1	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.	1
2	Повторение 1 года обучения. Упражнения на ориентировку в пространстве	1
3	Повторение 1 года обучения. Положения и движения ног.	1
4	(к.т.) Повторение 1 года обучения. Положения и движения рук.	1
5	Упражнения на ориентировку в пространстве: -положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.	1
6	(к.т.) Положения и движения ног: - позиции ног(выворотные); - relleve по 1,2,3 позициям.	1
7	Упражнения на ориентировку в пространстве: - квадрат А.Я. Вагановой; Положения и движения ног: -sotte по 1,2,6 позиции по точкам зала.	1
8	Положения и движения ног: - sotte в повороте (по точкам зала).	1
	Всего:	8
9	Положения и движения ног: - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы.	1
10	(к.т.) Положения и движения ног: - шаги на полу-пальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в медленном темпе.	1
11	Упражнения на ориентировку в пространстве: - свободное размещение по залу, пары, тройки. Положения и движения ног: - шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах.	1
12	(к.т.) Положения и движения ног:	1

	- demi-plie с одновременной работой рук.	
13	Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.	1
14	(к.т.) Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.	1
15	Сюжетный танец «Мотылек».	1
16	(к.т.) Сюжетный танец «Мотылек».	1
	Всего:	8
17	Повторение 1 года обучения. Положения и движения ног.	1
18	(н.т.) Повторение 1 года обучения. Положения и движения рук.	1
19	Повторение 1 года обучения. Положения и движения ног.	1
20	(н.т.) Положения и движения рук: - положение рук на поясе – кулачком; - смена ладочки на кулачок.	1
21	Движения ног: - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом.	1
22	(н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).	1
23	Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта).	1
24	(н.т.) Движения ног: - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).	1
	Всего:	8
25	(н.т.) Движения ног: - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demiplie.	1
26	(н.т.) Движения ног: - притоп простой, двойной, тройной; - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с притопом.	1
27	(н.т.) Положения и движения рук: - «приглашение».	1

	Движения ног: - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу.	
28	(н.т.) Положения и движения рук: - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка».	1
29	(н.т.) Положения рук в паре: - «лодочка» (поворот под руку).	1
30	(н.т.) Движения ног: Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад.	1
31	(н.т.) Движения ног: - простой дробный ход (с работой рук и без).	1
32	(н.т.) Положения рук в паре: - «под ручки» (лицом вперед). Движения ног: - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).	1
	Всего:	8
33	(н.т.) Положение рук в паре: - «под ручки» (лицом друг к другу). Движения ног: -простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками.	1
34	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения: колонна по одному, по па-рам, тройкам, по четыре.	1
35	(н.т.) Положения рук в паре: - сзади за талию (по парам, тройкам). Движения ног: - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию).	1
36	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - диагональ.	1
37	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «змейка»; - «ручеек».	1
38	(н.т.)	1

	Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.	
39	(н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.	1
40	(н.т.) Движения ног: - прыжки с поджатыми ногами.	1
	Всего:	8
41	(н.т.) Движения ног: - «шаркающий шаг».	1
42	(н.т.) Движения ног: - «елочка»; (мальчики): - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).	1
43	(н.т.) Движения ног: - «гармошка»; (девочки): - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).	1
44	(н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; (девочки): - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».	1
45	(н.т.) Движения ног: - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад.	1
46	(н.т.) Движения ног: (мальчики): - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); (девочки): - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».	1
47	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «звездочка».	1
48	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «корзиночка».	1
	Всего:	8
49	(н.т.)	1

	Движения ног: - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции.	
50	(н.т.) Движения ног: - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.	1
51	(н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.	1
52	(н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.	1
53	(н.т.) «Кадриль».	1
54	(н.т.) «Кадриль».	1
55	(б.т.) Постановка корпуса, головы, рук и ног. Движения ног: - шаги: бытовой и танцевальный.	1
56	(б.т.) Движения ног: - поклон, реверанс.	1
	Всего:	8
57	(б.т.) Движения ног: - «боковой галоп» простой (по кругу).	1
58	(б.т.) Движения ног: - «боковой галоп» с притопом (по линиям).	1
59	(б.т.) Движения ног: - «пике» (одинарный) в прыжке.	1
60	(б.т.) Движения ног: - «пике» (двойной) в прыжке.	1
61	(б.т.) Положения рук в паре: - основная позиция. Движения ног: - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед.	1
62	(б.т.) Движения в паре: - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика.	1
63	(б.т.) Движения в паре: - «боковой галоп» вправо, влево.	1
64	(б.т.)	1

	Движения в паре: - легкое покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам.	
	Всего:	8
65	(н.т.) Положение рук в паре: - «под ручки» (лицом друг к другу). Движения ног: - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками.	1
66	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.	1
67	(н.т.) Положения рук в паре: - сзади за талию (по парам, тройкам). Движения ног: - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию).	1
68	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - диагональ.	1
69	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «змейка»; - «ручеек».	1
70	(н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.	1
71	(н.т.) Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.	1
72	(н.т.) Движения ног: - прыжки с поджатыми ногами.	1
	Всего:	8
73	(б.т.) Движения ног: - боковой подъемный шаг.	1
74	(б.т.) Положения рук в паре: - «корзиночка».	1
75	Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.	1
76	Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.	1
77	Подготовка к контрольному итоговому занятию.	1
78	Итоговое контрольное занятие.	1
79	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.	1

80	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.	1
	Всего:	8
	ИТОГО:	80
	Самоподготовка	Июль-август
	Просмотр видео материалов	
	Подготовка костюмов	
	Подбор музыкального материала	
	История современной хореографии	
	Изучение хореографической литературы	
	Посещение мастер-классов	
	Изучение психологии	

Подготовительная к школе группа

№ занятия	Тема	КОЛ-ВО часов
1	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.	1
2	Повторение 2 года обучения. Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук)	1
3	Повторение 2 года обучения. Классический танец (положения и движения ног).	1
4	(к.т.) Движения рук: - port de bras.	1
5	(к.т.) Движения ног: - relleve.	1
6	(к.т.) Движения ног: - demi – plie.	1
7	(к.т.) Движения ног: - battement tendu.	1
8	(к.т.) Движения ног: - passé.	1
	Всего:	8
9	Повторение 2 года обучения. Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре).	1
10	Повторение 2 года обучения. Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).	1
11	Повторение 2 года обучения. Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).	1

12	(н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое.	1
13	(н.т.) Движения ног: - поклон в русском характере.	1
14	(н.т.) Движения ног: - хороводный шаг.	1
15	(н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с остановкой ноги сзади.	1
16	(н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.	1
	Всего:	8
17	(н.т.) Движения ног: - переменный ход вперед, назад.	1
18	(н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; (девочки): - взмахи платочком.	1
19	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца»; - «карусель».	1
20	(н.т.) Движения ног: - боковое «припадание» по 3 позиции.	1
21	(н.т.) Движения ног: - «припадание» в повороте.	1
22	(н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок по бедру, по голени.	1
23	(н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).	1
24	(н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).	1
	Всего:	8
25	(н.т.) Движения ног: - кадильный шаг с каблука.	1
26	(н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг (каблуком по полу).	1
27	(н.т.)	1

	Движения ног: - шаркающий шаг (полупальцами по полу).	
28	(н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг.	1
29	(н.т.) Движения ног: - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук).	1
30	(н.т.) Движения ног: «ковырялочка» с подскоком.	1
31	(н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте.	1
32	(н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.	1
	Всего:	8
33	(н.т.) Движения ног: - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте.	1
34	(н.т.) Движения ног: - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.	1
35	(н.т.) Движения ног: - подготовка к «веревочке».	1
36	(н.т.) Движения ног: - «веревочка».	1
37	(н.т.) Движения ног: - прыжок с поджатыми; (мальчики): - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком).	1
38	(н.т.) Движения ног: (мальчики): - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»); Движения в паре: - соскок на две ноги лицом друг другу.	1
39	(н.т.) Движения ног:	1

	- пружинящий шаг под ручку по кругу; (мальчики): -присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу.	
40	(н.т.) Движения ног: - пружинящий шаг под ручку в повороте; (мальчики): - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.	1
	Всего:	8
41	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца». Движения ног: (мальчики): - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад.	1
42	(н.т.) Движения ног: (девочки): - вращение на полупальцах; (мальчики): - «гусиный шаг».	1
43	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «карусель». Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).	1
44	(н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).	1
45	«Русская плясовая».	1
46	«Русская плясовая».	1
47	Повтор 2 года обучения. Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре).	1
48	(б.т.) Движения ног: Полька: - раг польки (по одному); - раг польки (по парам).	1
	Всего:	8
49	(б.т.) Движения ног: Полька: - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте.	1
50	(б.т.) Движения ног:	1

	Полька: - раг польки в сочетании с «подскоками».	
51	(б.т.) Движения ног: Полька: - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад).	1
52	(б.т.) Движения ног: Полька: - прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.	1
53	(б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).	1
54	(б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).	1
55	(б.т.) Движения ног: Вальс: - раг вальса (по одному, по парам).	1
56	(б.т.) Движения ног: Вальс: - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад).	1
	Всего:	8
57	(б.т.) Движения в паре: - легкий бег на полупальцах по парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину); - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка выполняет поворот под руку на сильную долю такта).	1
58	(б.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»).	1
59	(б.т.) Движения ног: Полонез: - раг полонеза; - раг полонеза (в парах, по кругу).	1
60	(б.т.) Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»).	1
61	(б.т.) Движения ног: Чарльстон: - основное движение «Чарльстона».	1
62	(б.т.) Движения ног:	1

	Чарльстон: - двойной чарльстон.	
63	(б.т.) Движения ног: Чарльстон: - чередование двойного и одинарного чарльстона.	1
64	(б.т.) Движения ног: Чарльстон: - чарльстон с точкой вперед, назад	1
	Всего:	8
65	(н.т.) Движения ног: - переменный ход вперед, назад.	1
66	(н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; (девочки): - взмахи платочком.	1
67	(н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца»; - «карусель».	1
68	(н.т.) Движения ног: - боковое «припадание» по 3 позиции.	1
69	(н.т.) Движения ног: - «припадание» в повороте.	1
70	(н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок по бедру, по голени.	1
71	(н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).	1
72	(н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).	1
	Всего:	8
73	(б.т.) Движения ног: Чарльстон: - чарльстон с продвижением вперед, назад и с поворотом.	1
74	(б.т.) Движения ног: Чарльстон: - пружинящий шаг с открытием рук в стороны.	1
75	«Чарльстон».	1
76	«Чарльстон».	1
77	Подготовка к контрольному итоговому занятию.	1

78	Итоговое контрольное занятие.	1
79	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.	1
80	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.	1
	Всего:	8
	ИТОГО:	80
	Самоподготовка	Июль-август
	Просмотр видео материалов	
	Подготовка костюмов	
	Подбор музыкального материала	
	История современной хореографии	
	Изучение хореографической литературы	
	Посещение мастер-классов	
	Изучение психологии	

Основные требования к уровню подготовки детей по хореографии.

К концу 1 года обучения:

знать	иметь представление	уметь
Элементы партерной гимнастики.	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях.	- линия; - колонка; - круг; - движения по линии танца и против линии танца.
Упражнения для разминки.		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца.	О классическом танце и балете в целом.	- позиции рук; - перевод рук из одного положения в другое; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.		- позиции ног; - releve; - demi – plie; - sothe; - различные виды бега и танцевальных шагов; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек.

Положения и движения рук народного танца.	О русском народном танца, о русских традиция и праздниках.	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; - взмахи платочком и кистью; - «полочка».
Положения и движения ног народного танца.		- позиции ног; - battement tendu в народном характере с переводом с носка на каблук; - притопы; - приставные шаги; - танцевальные движения.
Этюды.	О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танец «Лето».

К концу 2 года обучения:

знать	иметь представление	уметь
Квадрат А.Я.Вагановой.	О классическом танце.	Ориентироваться в танцевальном зале.
Положения и движения рук классического танца.	О port de bras (классического танца).	Правильно переводить руки из одного положения в другое.
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса).	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту).
Положения и движения рук народного танца: (положение кисти на талии, port de bras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.)	О русском народном танце.	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши.
Положения рук в паре.	О работе партнеров в паре.	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре.
Движения ног народного танца.	О русском народном танце. (мальчики) – о присядке.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту. Правильно выполнять

		резкое и плавное приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка».
Движения бального танца.	Об историко-бытовом танце.	Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Уметь чувствовать своего партнера.
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

К концу 3 года обучения:

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

		передавая характер и темп музыкального сопровождения.
--	--	---

**Способы проверки достижения
требований к знаниям, умениям и навыкам воспитанников.**

1. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей – сентябрь.
2. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей – май.

Список литературы:

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