

**Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования
«Калачевская детская школа искусств»**

=====

Одобрено
Решением Педсовета
Протокол № 146 от 29.08.2025 г.

Утверждено
Приказом № 4 от 29.08.2025 г.
Директор МКУДО «КДШИ»
Е.Г. Степанова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ИСКУССТВА
«РАННЕЕ ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ»**

**Предметная область
ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ МУЗЫКИ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету**

«РИТМИКА»

Калач-на-Дону

Структура программы учебного предмета

1. Пояснительная записка

- ~ *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- ~ *Цель и задачи учебного предмета;*
- ~ *Принципы построения программы;*
- ~ *Методы и приемы работы;*
- ~ *Форма обучения и срок реализации учебного предмета;*
- ~ *Структура программы учебного предмета;*
- ~ *Предполагаемый результат;*

2. Содержание учебного предмета

- ~ *Учебно-тематический план;*
- ~ *Годовые требования*

3. Требования к уровню подготовки учащихся

- ~ *Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения*

4. Формы и методы контроля, система оценок

5. Методические рекомендации

6. Список используемой литературы

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика» (далее – Программа) художественно – эстетической направленности составлена на основе программы Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. «Са-Фи-Дансе» и программы Бурениной А. И. «Ритмическая мозаика», а также на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013г. №191-01-39/06-ГИ.

Основное назначение Программы – приобщение детей к танцу. Слово «Танец» вызывает в нашем сознании представление чего-то грациозного, нежного, воздушного. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности.

Актуальность программы заключается в том, что музыка, ритмика, мимика, хореография даются в игровой форме и в соответствии с возрастом дошкольника. Одновременно влияя на ребенка через игру, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми.

В дошкольном возрасте внимание детей еще неустойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому они нуждаются в частой смене движений. Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». И именно занятия танцем (хореографией) помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укрепляет скелет, мускулатуру, но и стимулирует развитие памяти, внимания, мышления и воображения ребенка. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: ребенок учится сам создавать пластический образ.

Для успешного достижения результатов в данной Программе чередуются разные виды музыкально-ритмической деятельности: музыкально-ритмические игры, этюды и пальчиковая гимнастика. Они коротки, разнообразны и доступны детям по содержанию. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки.

Занятия по данной программе помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления. Кроме этого, они помогают детям воспитать в себе выносливость, красивую и правильную осанку, координацию, а это необходимо не только для занятий танцем, но и для здоровья в целом. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам.

В процессе освоения Программы дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах. Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей и прописан в содержании программы. При этом он отвечает требованиям высокой художественности, воспитывает вкус ребёнка и обогащает его разнообразными музыкальными впечатлениями. На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Цель программы:

Прививать интерес детей к хореографическому искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию, формировать танцевальные умения и двигательные навыки.

Задачи:

- обучать детей танцевальным движениям;
- формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;

- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве;
- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре и танце;
- развивать двигательную активность и координацию движений;
- развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма);
- развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец;
- поощрять исполнительское творчество.

Принципы построения Программы:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учетом возможностей ребенка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- доступности (упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение к своим движениям).

Методы и приемы работы:

- **игровой**, т.к. игра – это основное состояние детей дошкольного возраста, поэтому этот метод является основным в обучении детей хореографии. Он придает воспитательно-образовательному процессу привлекательную форму, облегчает запоминание и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения, творческих способностей детей.
- **словесный**, подразумевающий беседы о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений.
- **практический** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

- **наглядный** в выразительном показе педагога или ребёнка под счет, с музыкой.

Программа рассчитана на три года обучения: для детей с 6 (5) лет.

Форма обучения – групповая.

В программе заложен годовой цикл занятий – по 32 занятия, 1 раз в неделю в 1 классе по 30 минут, по 33 занятия во 2 и 3 классах 1 раз в неделю по 40 минут.

Структура занятия по хореографии – общепринятая (состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной). Каждое занятие - это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика; музыкально-подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); музыкально-ритмическая композиция.

Основная часть занимает 70-80% общего времени. В этой части решаются все основные задачи. Идет основная работа над развитием двигательных способностей, дается большой объем знаний. В эту часть входят ритмические и бальные танцы, гимнастика.

Заключительная часть занятия длится 3-5% общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные, на укрепление осанки. Подводится итог занятия.

Занятия направлены на общее развитие ребенка, на приобретение устойчивого интереса к хореографии 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.

Работа ведется определенными периодами – циклами. В течение месяца педагог разучивает с детьми материал одного из разделов. Первая неделя 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 изучить предлагаемый материал. Но при этом ошибочно рассматривать отдельные разделы, как наиболее ответственные и главные, т.к. освоение программы зависит от общей суммы умений и навыков.

Кроме освоения материала основных разделов программы занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию.

Освоение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующих двух годах.

На первом году обучения особое внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног, головы. В течение всего второго года дети занимаются ритмикой, детскими бальными, доступными народными танцами и изучают элементы классического танца. На третьем году обучения изученный за первые два года материал закрепляется. Дошкольники занимаются ритмикой, бальными, народными танцами с усложнением танцевальных элементов, учатся оценивать свои творческие проявления и дают оценку действиям других детей.

Предполагаемый результат.

К концу первого года обучения дети должны знать: основные приемы движений, знать технику исполнения, правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног. **Должны уметь:** пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку, чувствовать характер музыки и передавать его

танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы, выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах, предавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок, ставить ногу на пятку и на носок.

На втором году обучения дети должны знать: названия изученных движений и элементов.

Должны уметь: правильно выполнять основные элементы народных плясок, элементы бального танца. Самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов; начинать и заканчивать движение вместе с музыкой; исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

На третьем году обучения дети должны: закрепить знания и навыки, полученные в первый и второй годы обучения и перейти к изучению более сложных элементов.

Должны уметь: безошибочно самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности, исполнять движения в характере музыки, сохраняя осанку, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию, правильно выполнять перестроения и исполнять этюды и танцевальные композиции, выражать собственные эмоции под музыку.

Участники программы за три года обучения должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в детском коллективе, добиваясь высоких результатов.

Форма подведения итогов освоения Программы - выступления перед детьми и родителями.

Коллективные выступления перед зрителем являются главным воспитательным средством, т.к.:

- переживание успеха принесет детям моральное удовлетворение;
- создадутся условия для самореализации творческого потенциала;
- воспитаются чувства ответственности, дружбы, товарищества.

Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы должны способствовать практические занятия по подгруппам, показ контрольных и итоговых уроков.

Учебно-тематический план

Первый год обучения		
№	Тема занятий	Кол-во часов
1.	Вводное занятие «Давайте познакомимся»	1
2.	Музыкально ритмические движения «В гостях у сказки»	3
3.	«Разноцветная игра»	4
4.	«На птичьем дворе»	4
5.	«Забавы зимушки-зимы»	3
6.	Элементы русского танца «Калинка моя»	5
7.	Детский бальный танец, ритмика. «Приглашаю танцевать»	5
8.	Детский бальный танец, ритмика. «Я хочу танцевать»	4
9.	Элементы эстрадного танца «Танцуй как я»	3
	Итого	32

Второй год обучения		
№	Тема занятий	Кол-во часов
1.	Вводное занятие «Вместе будем танцевать»	1
2.	Музыкально ритмические движения «Осенняя прогулка»	4
3.	Музыкально ритмические движения «В гостях у Белоснежки»	4
4.	Элементы русского танца «Лесные приключения»	4
5.	Детские бальные танцы «Путешествие в сказку»	4
6.	Элементы народного танца «Во саду ли, в огороде»	5

7.	Детский бальный танец, элементы историко-бытового танца. «Мы собираемся на бал»	5
8.	Детский бальный танец, элементы историко-бытового танца. «Навстречу к солнцу»	3
9.	Танцы, этюды «Веселая карусель»	3
	Итого	33

Третий год обучения		
1.	Вводное занятие «Играя, танцуем»	1
2.	Музыкально ритмические движения «Веселая разминка»	4
3.	«Рисунок танца»	4
4.	Русский танец «Хоровод заведем»	3
5.	Детские бальные танцы «Сказки Венского леса»	4
6.	Элементы народного танца «Из бабушкиного сундучка»	5
7.	Детский бальный танец, элементы историко-бытового танца. «В ритме вальса»	5
8.	Детский бальный танец, элементы историко-бытового танца. «Веселое настроение»	4
9.	Танцевальные этюды и танцы «Танцевальная мозаика»	3
	Итого	33

Содержание программы

Первый год обучения

Тема занятий		Методы и приемы	Репертуар
Вводное занятие <i>«Давайте познакомимся»</i>	Приветствие. Знакомство с детьми. Что такое танец.	Формировать интерес к занятиям. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники	«Тик-так»; «Пружинка»; «Спокойный шаг» («Этюд» Т. Ломовой). «Твердые и мягкие

		безопасности.	ножки»; «Веселые путешественники» муз. М. Старокадомского «Кошечка». «Улыбка» муз. В. Шаинского
	Постановка корпуса. Положение рук на талии. VI, I свободная позиции ног.	Формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног	
	Танцевальный шаг с носка.	Обучить детей танцевальному шагу с носка. Формировать умение ориентироваться в пространстве, развивать координацию и выразительность движений. Формировать общую культуру личности ребенка	
	Творческое задание: изобразить хлопками дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо).	Развивать воображения, фантазию, формировать интерес к занятиям	
	Танец «Полька-хлопушка» Ходьба на носках.	беседа, объяснение, показ, инструкция, импровизация	
	Игра «Давайте потанцуем»		
Музыкально-ритмические движения «В гостях у сказки»	Маршировка (шаг с носка, перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, колонна, круг.)	формировать правильное исполнение танцевального шага	«Шагаем, как физкультурники» муз. Т. Ломовой; «Кто хочет побегать» литовская нар. мелодия»; «Марш»
	Разминка «Герои из сказки» (голова –	Развивать первоначальные навыки	

	повороты вправо, влево, наклоны к правому, левому плечу; плечи, руки – поочередное поднятие плеч вверх; движения кистями рук вверх вниз, сгибание – разгибание в локтевых суставах, вытягивание вверх– опускание вниз рук; корпус – повороты, наклоны в стороны, вперед, ноги – поочередное поднятие пятки, приседания, приставные шаги в стороны, вперед - назад, поднятие колен вперед, в стороны, прыжки на двух ногах, ноги вместе – врозь)	координации движений, разогреть мышцы. Научить передавать заданный образ	Г.Свиридова; «Учимся маршировать» М. Раухвергера; Танец «Кукляндия» муз.П.Овсянникова «Мальчики пляшут, девочки танцуют» И. Арсеева; «Чебурашка» муз.В.Шаинского Как у наших у ворот» р. н. мелодия; «Вальс» А. Гречанинова. «Стройся за ведущим» («Марш» Ф. Надененко); «Скачут лошадки», «Мой конек», чеш. н. мелодия.
	Хлопки в ладоши – простые и ритмические «Пружинка» - легкое приседание. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт. - «шаг, приставить, шаг, каблук». - подъем на полу пальцы. - повороты вправо, влево.	Обучить детей танцевальным движениям	«Экосез» А. Жилина «Учимся скакать с ноги на ногу» (англ. н. мелодии «Ветерок и ветер» «Ландлер» Л. Бетховена
	Партерная гимнастика		

	(«Буратино», «Солнышко», «Бабочка», «Складочка»)		
	Игра «Сказочный лес»		
«Разноцветная игра»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад. Перестроения - круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2, 4)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов.	
	Разминка «Лошадки машут головами» (голова - прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне, с ритмическим рисунком.) Руки - поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти круговые движения с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей.	Учить правильной осанке при исполнении движений.	

	Положение рук: на поясе и внизу.		
	«Мельница» круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной		
	Плечи - оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч.		
	Упражнение «Улыбнемся себе и другу»- наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево по VI, по II позиции ног. Повороты корпуса вправо, влево. Ноги - подъем на полу пальцы с полуприседанием, «пружинка», высокое поднимание колен вперед, в стороны. Прыжки – по VI позиции ног, VI – II позиции ног, Ритмические хлопки в ладоши	Развить чувство ритма	
	«Пружинка» с наклонами головы. Движение «Баю - бай». Подскоки, приставные шаги с	Учить правильной осанке при исполнении движений	

	приседанием.		
	Партерная гимнастика «Карандаши», «Солнышко», «Буратино», «Складочка»	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	
	Танцевальная композиция «Разноцветная игра» Игра «Скорый поезд»		
«На птичьем дворе»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием. Перестроения – круг, диагональ, змейка)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве.	«Марш» муз. Г.Свиридова «Цыплята» азербайджанская н.м.
	Разминка «Цыплята» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. 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 полу пальцы, поднимание колен, вытягивание	Научить передавать заданный образ	

	прямых ног вперед в пол. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую		
	Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы. Хлопки, притопы в паре, кружения в паре. Выпад, выпад с соскоком.	Учить правильной осанке при исполнении движений.	
	Партерная гимнастика «Солнышко», «Складочка», «Рыбка», «Дощечка», «Сидит дед»	укрепить мышцы спины, живота	
	Танцевальная композиция «Танец утят» Игра «Цыплята и ворона»		
«Забавы зимушки-зимы»	Маршировка (шаг с носки, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна, полукруг.).	Формировать правильное исполнение танцевальных шагов. научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	«Ходьба и бег с султанчиками», латыш. Нар. мелодия; американская народная песня «Бубенцы» «Танец медведей» («Песня о медведях» из к/ф «Кавказская пленница»)
	Разминка «Зимние забавы» - (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны,	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений.	

	полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди и вместе, движение рук вперед, назад, движения, имитирующие игру в снежки, «греем руки». Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, 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.)		
	Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы.	Обучить детей танцевальным движениям- Развивать координацию движений.	
	Партерная гимнастика («Солнышко», «Складочка», «Рыбка», «Русалочка», «Дощечка»,	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	

	«Сидит дед»)		
	Танцевальная композиция «Зимняя фантазия» Игра «Круг дружбы» Игра «Домик»		
Элементы русского танца <i>«Калинка моя»</i>	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с ударом, галоп, подскоки, перескоки. Перемещения – круг, колонна, два круга, «шторки», круг, звездочка, сужение и расширение круга, круг в круге.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов. научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	«Калинка» р.н.м.
	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 полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны,	Разогреть мышцы.	

	вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен.)		
	Хлопушки в ладоши, по бедру. Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом. Ходы – простой с носка, «елочка». Исполнение движений с одновременной работой рук.	Развивать координацию движений. Повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.	
Детский бальный танец, ритмика. «Приглашаю танцевать»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – круг, змейка, квадрат, колонна, полукруг, две колонны.)	Формировать умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой. правильную осанку при исполнении движений.	«Вместе весело шагать» муз.В.Шаинского «Полька» болгарская плясовая мелодия «Кремена» муз.А. Арскос
	Разминка «Я танцую» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение	Разогреть мышцы.	

	кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, прыжки – по VI, VI –II, упражнение «лыжник» в разных ритмических рисунках		
	Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие прыжки на месте, хлопки в разных ритмических рисунках.	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	
	Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.	повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.	
	Игра «Давайте потанцуем»		
«Я хочу танцевать»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким	формировать правильное исполнение танцевальных шагов.	«Улыбка» муз. В. Шаинского

	подниманием колен. Перестроения - в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг в круге, в рассыпную.)		
	Разминка «Раз, два, три» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаг	Формировать умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой и, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.) Учить правильной осанке при исполнении движений	
	Поклон мальчиков, поклон девочек, приставной шаг, балансе, шаг глиссад, покачивание, поворот в паре, кружения.	Обучить детей плавным танцевальным движениям.	
	Партерная гимнастика	упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения	

		выворотности ног, профилактики плоскостопия	
Элементы эстрадного танца «Танцуй как я»	Маршировка (шаг с носки, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторки, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, научить перестраиваться из одного рисунка в другой. развить координацию движений.	«Белочка» муз В. Шаинского
	Разминка «Белочка» (подъем на полу пальцы, приседания, наклоны, повороты туловища, махи согнутыми ногами, выпады – выполняются совместно с движениями рук, головы.)	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. Обучить детей танцевальным движениям Развивать музыкальный слух, выделять началом музыкальной фразы. развить внимание, быстроту реакции.	
	Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)	повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.	
	Танцевальная композиции «Плюшевый		

	медвежонок». Игра «Будь внимателен» Игра «А, ну-ка, покажи»		
--	--	--	--

Второй год обучения

Тема занятий		Методы и приемы	Репертуар
Вводное занятие <i>«Вместе будем танцевать»</i>	Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Знакомство с элементарными музыкальными понятиями	Формировать общую культуру личности ребенка; вспомнить, закрепить материал прошлого года, воспитывать умение слушать музыку, закрепить материал прошлого года. Развивать умение организовать свои действия под музыку.	
	Шаг с носка, легкий бег, "ковырялка", притопы, хлопки, кружения, приставные шаги с приседанием	Развить музыкальный слух и чувства ритма, научить импровизировать. Развить умение детей пере страивать с одного темпа музыки на другой. Учить строить рисунки танца, развить воображение, фантазию, закрепить материал прошлого года	

	Творческое задание: импровизация под веселую и грустную. Игра «Жуки и бабочки»; Игра «Тихо и громко» (изобразить хлопками дождь стучит по крышам, дождь моросит) Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую» Танец-игра «Ку-чи-чи»	Беседа, импровизация.	
Музыкально - ритмические движения «Осенняя прогулка»	Маршировка (шаг с носки, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве	«Бодрый шаг» Н. Богословского; «Найди свое место в колонне» («В темпе марша» Ф. Найдененко)
	Разминка «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес». (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений.	

	движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.)		
	Шаг на полупальцах, приставные шаги, переменный шаг в сторону, подскоки, галоп, хлопки в разных ритмических рисунках, притопы.	Научить правильно исполнять движения. Обучить детей танцевальным движениям.	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность,	
	Игра «Зверушки – наострите ушки». Игры на внимание «Учительница», «Сделай этак, сделай так»,		

	«Вправо – влево». Танец «Капризный зонтик» Игра «Музыкальные змейки» Игра «Заколдованный лес» Игра «Веселые капельки»		
Музыкально - ритмические движения «В гостях у Белоснежки»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг на пятках, приставные шаги, галоп, подскоки. Перестроения – круг, диагонали, квадрат, четыре колонны.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	«Ходить бодрым и спокойным шагом» муз. М. Робера «Учимся скакать с ноги на ногу» (англ. и фр. н. мелодии).
	Разминка «Гномики» (голова – повороты в стороны, наклоны вперед, в стороны, полукруг. Плечи – поднимание вверх и опускание вниз, круговые движения. Руки – круговые движения кистями рук, сгибание и разгибание в локтевом суставе, поднимание и опускание прямых рук. Корпус – наклоны в стороны, вперед, повороты, «штопор». Ноги –	Разогреть мышцы, учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.	

	топающий шаг на месте, поочередное поднятие пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки – по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте.)		
	Хлопки, притопы в разных ритмических рисунках, синкопа, прыжки по ритмическим рисункам, галоп в паре, движение «пятка носок» с наклоном корпуса, подскоки в повороте. научить передавать заданный образ.	Обучить детей танцевальным движениям.	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	
	Движения для рук: «Путаница», «Догонялочки», «Жадина. Танец «Есть на свете гномики» Игра «Строим дом для гномиков» Игра «Ведьма и Белоснежка» Игра «На лужайке» «Пчелка», Кораблик», «Кузнечик».		

	инструкция		
«Лесные приключения»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный в сторону. Перестроения – круг, колонна, два круга, «шторки», полукруг, «прочес», круг.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	«Мой конек», чеш. н. мелодия «Ах, вы сени» р.н.м
	Разминка «Лесные звери» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, «по три с паузой», круговые движения. Руки – открывание во II 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, полу присядка, «пирамидка». Прыжки – по VI позиции ног, галоп	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ.	

	в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.)		
	Переменный шаг вперед, простая дробная дорожка, плавные движения руками, переступания с легким ударом каблука.	Обучить детей танцевальным движениям русского танца	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность	
	Хоровод «Лебедушки» Игра «На лесной полянке» Игра «Вдоль пруда» Игра «Жучок-паучок» «Качели», «Кораблик» «Зайчик», «Велосипед».		
Детские бальные танцы «Путешествие в сказку»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки. Перестроения – змейка, круг, две колонны, четыре колонны, полукруг, «прочес», диагонали,	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	«Бодрый шаг и бег» муз. Ф. Найдененко; «Ах, улица, улица широкая» р.н.м., обр. Т.Ломовой

	полукруг.)		
	Разминка «Поле чудес» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, «по три с паузой по очереди», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, 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, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.)	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ	
	Шаг польки, галоп, поскоки, положения в парах, перестроения в парах, кружения.	Обучить детей танцевальным движениям	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	

	формирования стопы.		
	Танец «Полька» Танец-игра «Джайв» Игра «Вот как мы умеем» Игра «Учитель и ученики» «Горка», «Страус», «Морская звезда», «Березка» инструкция.		
Элементы народного танца «Во саду ли в огороде»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	«Марш» муз. Т.Ломовой; «Подгорка» р.н.м.; «Выйду ль я на реченьку» р.н.м, обр. Т.Ломовой «Как у наших у ворот» р.н.м., обр.В.Агафонникова
	Разминка «Как у нашей бабушки» (Голова - повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений.	

	на талию, положение рук перед грудью, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, «шаг лыжника».)		
	Поклон поясной, праздничный; простой дробный шаг, беговой шаг, боковой ход припадание, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, удары по подошве сапога, дробная дорожка, дорожка в «три ножки», «трилистник», «гармошка».		
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	

	формирования стопы.		
	Танец «Бабушкин сундучок» Игра «Кто запомнил лучше всех» Игра «Тик - так» Игра «Шары и пузыри» «Змея», «Кошечка» «Жучок», «Петушок», «Ласточка»		
Детский бальный танец, элементы историко – бытового танца. «Мы собираемся на бал»	Маршировка - шаг полонеза. Перестроения – круг, диагонали, колонна, через одного на полукруг, «шторки», круг.	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве. научить перестраиваться из одного рисунка в другой, научить ориентироваться в видах танцевальных мелодий (вальс, марш, полька.)	«Полонез» муз.Ф.Шуберта «Вальс» муз.И.Штрауса «Вальс цветов» Менуэт муз.Ф.Листа
	Разминка «Мы собираемся на бал» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ. Вальсовая дорожка, балансе, правый	

	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 в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI – II позиции ног.)	поворот, переходы в парах. Обучить детей танцевальным движениям. Формировать пластику, культуру движения, их выразительность	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины	Правильное формирование стопы повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, укрепить здоровье детей.	
	Игра «Мы пойдем сначала вправо» Игра «Расточек» Игра «Ласточки, петухи и воробьи»		

	«Вальс Анастасии» «Месяц», «Маятник», «Гусеница». «Качели»		
<i>«Навстречу к солнцу»</i>	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - квадрат, диагональ, круг, колонна, полукруг, круг в круге.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	
	Разминка «Весеннее настроение» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения, поднимание «по три раза». Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.	

	–поочередное поднимание пяток, поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI –II позиции ног.)		
	Пружинящее движение, пружинящее движение на шагах, основной ход в ритме танца «самба».	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины	формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, укрепить здоровье детей	
	Игра «Змейка»; Игра «Клубочек». Танец «Самба» Игра «Доведи меня» Игра «Дождик» Игра «Повторяем движения» «Петушок», «Ласточка».		

	«Книжка», «Горка»		
Элементы эстрадного танца «Веселая карусель»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - круг, квадрат, диагонали, два круга, «прочес», змейка, шахматный порядок.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	«Веселые поскоки» муз. Б.Можжевелова; «Пружинящий шаг» муз. Т.Ломовой
	Разминка «Карусельные лошадки» (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 пяток, поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения	

	колен. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, бег на месте с высоким подниманием колен.)		
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов	
	Танцевальная композиция «Не детское время» Игра «Дискотека» Игра «Раз, два» Игра «Карусель» «Кораблик», «Кузнечик». «Елочка», «Жучок»		

Третий год обучения

Тема занятий		Методы и приемы	Репертуар
Вводное занятие «Играя, танцуем»	Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности.	Формировать общую культуру личности ребенка; интерес к занятиям, вспомнить, закрепить материал прошлого года. Рассказать о пользе занятий танцами. Уметь	

		анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.	
	Шаг с носка, легкий бег, "ковырялка", притопы, хлопки, кружения, приставные шаги с приседанием)	Развить музыкальный слух и чувства ритма, научить импровизировать, умение детей перестраивать с одного темпа музыки на другой. Учить строить рисунки танца, развить воображение, фантазию, закрепить материал прошлого года.	
	Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую» Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо». Танец «Кадриль, моя» Танец-игра «Ку-чи-чи» Игра «Скорый поезд», «Давайте потанцуем»		
Музыкально ритмические движения «Веселая»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение	«Воздушная кукуруза» муз. Тома Спенсера

разминка»	марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.)	ориентироваться в пространстве, развивать чувство ритма, координации, ловкости движений.
	Разминка «В осеннем парке» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.)	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений.
	Шаг на полупальцах, приставные шаги, переменный шаг в сторону, подскоки, галоп, хлопki в разных ритмических рисунках, притопы.	Научить правильно исполнять движения. Обучить детей танцевальным движениям.
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку	Формировать пластику, культуру движения, их

	мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	выразительность.	
	Танцевальная композиция «Коротышки» Игра «Сказочный лес» Игра «У медведя» Игра «Путешественники» «Бег» «Паровозик» «Слон» «Улитка»		
«Рисунок танца»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг на пятках, приставные шаги, галоп, подскоки. Перестроения – круг, диагонали, квадрат, четыре колонны.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, развивать координацию движений, внимание, чувство ритма.	«Аэробика» муз. Ю.Чичикова
	Разминка «Гномики» (голова – повороты в стороны, наклоны вперед, в стороны, полукруг. Плечи – поднимание вверх и опускание вниз, круговые движения. Руки – круговые движения кистями рук, сгибание и разгибание в локтевом суставе, поднимание и опускание	Разогреть мышцы, учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.	

	прямых рук. Корпус – наклоны в стороны, вперед, повороты, «штопор». Ноги – топающий шаг на месте, поочередное поднимание пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки – по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте.)		
	Хлопки, притопы в разных ритмических рисунках, синкопа, прыжки по ритмическим рисункам, галоп в паре, движение «пятка носок» с наклоном корпуса, подскоки в повороте, научить передавать заданный образ.	Обучить детей танцевальным движениям.	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	
	Танец «Есть на свете гномики» Игра «Строим дом для гномиков» Игра «Ведьма и Белоснежка» Игра «На лужайке» Игра «Веселые капельки» «Кобра», «Колечко», «Стрекоза», «Лягушонок»		

Русский танец <i>«Хоровод заведем»</i>	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный в сторону. Перестроения – круг, колонна, два круга, «шторки», полукруг, «прочес», круг.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	«Выйду ль я на улицу» р.н.п., «Пойду ль я...» р.н.п., «Коробейники» р.н.п. «Калинка» р.н.м
	Изучение основ русского народного танца: работа рук в русском танце; навыки работы с платочком; русский поклон; развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка; ходы: простой, на полупальцах, боковой, приставной, боковой ход «припадание» по VI позиции, беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад. подготовка к «дробям»: притопы, удары полупальцами, удары каблуком; хлопки и хлопушки для мальчиков.		
	Разминка «Лесные звери» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, «по три с паузой», круговые	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения,	

	движения. Руки – открывание во II 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, полу присядка, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.)	передавать заданный образ.	
	Переменный шаг вперед, простая дробная дорожка, плавные движения руками, переступания с легким ударом каблука.	Обучить детей танцевальным движениям русского танца	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы		
	Игра «Клубок ниток». Хоровод «Лебедушки» Игра «На лесной полянке» Игра «Вдоль пруда» Игра «Жучок-паучок» «Лодка», «Собачка» «Замочек», «Рак».		
Детские бальные танцы	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах,	формировать правильное исполнение	«Полонез» муз. В.Андреева

«Сказки Венского леса»	переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки. Перестроения – змейка, круг, две колонны, четыре колонны, полукруг, «прочес», диагонали, полукруг.)	танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой. Уметь анализировать музыкальное произведение.	«Падеграс» муз. неизвестного автора
	Изучение основ танца «Полька»: подскоки, шаг польки, галоп; комбинирование изученных элементов; положения в паре: «лодочка», руки «крест-накрест», мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи		
	Разминка «Поле чудес» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, «по три с паузой по очереди», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения кистями, в локтевом суставе, прямых рук. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – отрывистый шаг на месте с носка на пятку, поднятие	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ	

	колен, вытягивание и сокращение стопы, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.).		
	Шаг польки, галоп, поскоки, положения в парах, перестроения в парах, кружения.	Обучить детей танцевальным движениям	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.	
	Игра: «Марш – полька – вальс» Танец «Берлинская полька» Игра – танец «Бесконечный» Танец «Полька» Танец-игра «Да нет» Игра «Вот как мы умеем» Игра «Учитель и ученики» «Тростинка», «Флюгер», «Ванька-встанька». «Пловцы».		
Элементы народного танца «Из бабушкиного сундучка»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп,	формировать правильное исполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве, научить	«Кадриль» р.н.м- Танец «Бабушкин сундучок»

	подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.)	перестраиваться из одного рисунка в другой.	
	Разминка «Как у нашей бабушки» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи-поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, положение рук перед грудью, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, «шаг лыжника».)	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.	
	Поклон поясной, праздничный; простой дробный шаг, беговой шаг, боковой ход припадание, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, удары по подошве	Обучить детей танцевальным движениям русского танца	

	сапога, дробная дорожка, дорожка в «три ножки», «трилистник», «гармошка».		
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.	
	Игра «Кто запомнил лучше всех» Игра «Тик - так» Игра «Шары и пузыри» «Ежик», «Чайка», «Собачка», «Дощечка»		
Детский бальный танец, элементы историко – бытового танца. «В ритме вальса»	Маршировка – шаг полонеза. Перестроения – круг, диагонали, колонна, через одного на полукруг, «шторки», круг.	формировать правильное исполнение танцевальных шагов. Познакомить детей с историей	«Вальс» муз. А. Жилина Менуэт «Вальс цветов»
	Изучение основ бального танца «Вальс»: основные элементы: «качели», «квадрат», «ромб», «вальсовая дорожка», «перемена» работа в паре:, положение рук в паре в паре, вращение «звездочка»; простые танцевальные комбинации.		
	Разминка «Мы собираемся на бал» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи –	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений.	

	поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II 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 в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI –II позиции ног.)		
	Вальсовая дорожка, балансе, правый поворот, переходы в парах. Научить правильно исполнять движения.		
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, укрепить здоровье детей	
	Игра «Мы пойдем сначала вправо» Игра «Росточек» Игра «Ласточки, петухи и		

	воробыи» «Слон», «Улитка», «Колечко», «Паучок»		
«Веселое настроение»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - квадрат, диагональ, круг, колонна, полукруг, круг в круге.)	Развивать чувство ритма, координации, точности, выразительности исполнения движений.	«Кавалеристы» песня «Эскадрон» О.Газманова
	Разминка «Весеннее настроение» (Голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения, поднимание «по три раза». Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поочередное поднимание пяток, поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения.	

	стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI –II позиции ног.)		
	Пружинящее движение, пружинящее движение на шагах, основной ход танца «самба».	Обучить детей танцевальным движениям.	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины	формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц	
	Танец «Самба» Игра «Доведи меня» Игра «Дождик» Игра «Повторяем движения» «Кобра», «Тростинка», «Медвежонок» «Орел»		
Элементы эстрадного танца «Танцевальная мозаика»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - круг, квадрат, диагонали, два круга, «прочес», змейка, шахматный порядок.)	формировать правильное исполнение танцевальных шагов.	«Ритмичный танец» муз. Л.Армстронга

	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 пяток, поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, бег на месте с высоким подниманием колен.)	Разогреть мышцы. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ. Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.	
	Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы	формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, укрепить здоровье детей	
	Игра «Буги-Вуги» Танцевальная композиция		

	«Не детское время» Игра «Дискотека» Игра «Раз, два» Игра «Карусель»		
--	--	--	--

Формы и методы контроля

- Концертные выступления, родительские собрания;
- Классные часы с концертом;
- Индивидуальный опрос.

Критерии оценки

- «5» - осмысленный и выразительный ответ, учащийся ориентируется в пройденном материале;
- «4» - осознанное восприятие музыкального материала, но учащийся не активен, допускает ошибки;
- «3» - учащийся часто ошибается, плохо ориентируется в пройденном материале, проявляет себя только в отдельных видах работы.

Методические рекомендации

С первых минут занятий очень важно заинтересовать детей. Для этого следует тщательно продумать методические приемы. Прежде нужно научить ребенка красиво и осознанно двигаться под музыку. Для этого в занятия нужно включать простые упражнения. Движения показывает педагог. Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Все новые движения необходимо изучать в «чистом» виде. Если движение трудное, то изучают сначала элементы, подготовительные упражнения. Нужно разнообразить задания, чтобы они всегда оставались занимательными 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 дети знакомятся с различными упражнениями связанные с отчетом ритма, что дает ребенку 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 ее 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.

Чтобы дети не теряли интерес к изучаемому материалу разучивание упражнений или элементов танца следует проводить не дольше 2-4 занятий. Даже если за это время не все запланированные задачи выполнены, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя. Обстановка должна быть дружественной. Искренний интерес педагога к успехам детей, поддержка и поощрение их самостоятельности. Также важно воспитывать внимательное отношение у детей друг к другу, желание помочь в преодолении трудностей и умении порадоваться за успехи других. Все это создает творческую обстановку на занятии без которой

невозможно развитие творческих способностей и становления личности ребенка.

Описание основных позиций и танцевальных движений для дошкольников

Исходные позиции ног

Основная стойка – пятки вместе, носки врозь. Для детей старшего возраста носки ног максимально развернуты в стороны (в хореографии – **1-я позиция**), для младшего возраста – под углом 45^0 («домиком»).

«Узкая дорожка» – пятки и носки вместе, ступни ног параллельны (для всех возрастных групп) в хореографии – 6-я позиция.

«Широкая дорожка» – ступни ног – на ширине плеч, параллельны.

Сесть на колени – низко опустившись, сесть на оба колена. Колени крепко прижаты к полу.

Для старшего возраста:

2-я позиция – ноги на ширине плеч, только носки ног максимально развернуты в стороны.

3-я позиция – опорная нога ставится под углом 45^0 , пятка неопорной ноги приставляется спереди к середине ступни опорной ноги, тоже под углом 45^0 .

4-я позиция – опорная нога ставится так же, как в 3-й позиции. Неопорная нога выставляется вперед на длину небольшого шага под углом 45^0 .

Находясь в любой из вышеописанных позиций, ноги следует держать прямыми, ягодичные мышцы напряженными, спину прямой, живот подтянутым, тяжесть тела равномерно распределить на обе стопы, опираясь на пальцы. Полной выворотности стопы в позициях от дошкольников требовать не надо. Достаточно, если носки ног будут развернуты под прямым углом.

Исходные позиции рук

Внизу – руки опущены вдоль тела.

Впереди – руки вытянуты на уровне груди (параллельно полу).

Вверху – руки максимально подняты вверх над головой. В младшем возрасте высота рук произвольная.

В стороны – плечи и руки составляют одну прямую линию.

Руки могут быть **открытыми** – ладони вверх («к солнышку»).

Руки могут быть **закрытыми** – ладони вниз (смотрят в пол).

«**Поясок**» - ладони на талии, большие пальцы – сзади, остальные – впереди.

Плечи и локти слегка отведены назад.

«**Кулачки на бочок**» - пальцы рук слегка сжаты в кулачки, которые ставятся на талию тыльной стороной внутрь.

«**Полочка**» - руки согнуты в локтях, сложены перед грудью. На левой руке лежит правая (кисть правой руки лежит на локте левой и наоборот).

«**Матрешка**» - руки (полочкой), указательный палец правой (левой) руки делает «ямочку» на одноименной щеке. Левая (правая) ладонь поддерживает локоть другой руки и чуть отведена вперед (на весу).

«**Юбочка**» - большим, указательным и средним пальцами (щепотью) обеих рук взять края юбочки и развести руки в стороны – вверх.

«**Фартучек**» - щепотью прихватить с обеих сторон перед юбочки и приподнять вверх.

За спиной – руки соединены за спиной чуть ниже талии. Ладонь левой руки тыльной стороной лежит в правой ладони. Пальцы слегка сжаты, плечи и локти сведены назад.

Позиции рук в парах

Дети стоят рядом (смотрят в одну сторону):

«**Стрелка**» - руки соединены в позиции «Вперед» от величины угла меняется название «стрелки»: узкая, широкая.

«**Воротики**» - руки соединены в позиции «Вверх». Ладонь девочки подкладывается снизу под ладонь закрытой руки мальчика.

«**Плетень**» - руки соединены крест-накрест.

«**Бантик**» - то же, но локти округлены и приподняты вперед - вверх, руки не

напряжены.

«Саночки» - мальчик стоит перед девочкой к ней спиной и подает ей обе руки назад. Девочка стоит лицом к спине мальчика и берет его за руки.

Дети стоят, соединив одноименные плечи (смотрят в разные стороны):

«Бараночка» - одноименные руки соединены накрест в локтевых сгибах, кисть сжата в кулачок. Свободные руки в любой из перечисленных позиций.

«Вертушка» - одноименные руки соединены в позиции «Вверх».

Кружиться вертушкой – соединив руки в позиции «Вертушка», двигаться как бы догоняя друг друга на месте.

«Звездочка» (трое и больше детей) – стоят друг за другом, соединив одноименные руки в позиции «Вверх». Кружиться звездочкой – соединив руки в позиции «Звездочка», двигаться как бы догоняя друг друга на месте.

«Двойной пояс» - если дети стоят друг к другу левыми плечами, то левыми же руками обхватывают партнера за талию спереди и наоборот.

Можно менять плечи на каждую музыкальную фразу.

Движения рук

«Ветерок» - плавные перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть.

«Ленточки» - поочередные плавные движения правой и левой рук вверх-вниз перед собой.

«Крылья» - плавные маховые движения руками, разведенными в стороны. Следует помнить, что при подъеме рук кисти опущены, а при опускании рук-«крыльев» локти слегка согнуты, кисти выразительно подняты вверх.

«Поющие руки» - из положения «В стороны» мягким движением кисти направляются навстречу друг другу, словно собирая перед собой упругий воздух. Так же пластично руки разводятся в стороны. Корпус помогает выразительности движения, слегка наклоняясь вперед и затем чуть прогибаясь назад.

«Моторчик» - руки согнуты в локтях перед грудью, ладони крутятся одна вокруг другой. Быстро или медленно

Хлопки

«Ладушки» - хлопки ладонями впереди или сзади (за спиной) выполняются свободными, не напряженными, согнутыми в локтях руками, двигающимися навстречу друг другу.

«Блинчики» - на «раз» - удар правой ладонью по левой, на «два» - наоборот (кисти расслаблены, стаккато), с поворотом кисти. Хлопки могут быть громкими или тихими, в зависимости от динамики музыкального образа.

«Тарелочки» - младший возраст – «отряхни ладошки», старший возраст – ладони обеих рук имитируют скользящие движения оркестровых тарелок: правая рука с размаху двигается сверху вниз, левая рука – снизу вверх.

«Бубен» - левая ладонь опорная (как бы крышка бубна, пальцы правой руки ударяют по ней. Опорную руку менять. Удар сильный.

«Колокола» - активные хлопки над головой. Движение яркое, с большим размахом слегка согнутых в локтях ненапряженных рук. Для этого движения необходима полная свобода верхнего плечевого пояса.

«Колокольчики» - мелкие хлопки прямыми пальцами одной руки о ладонь другой. Удары легкие, негромкие. Руки могут быть согнуты в локтях, выпрямлены или подняты в сторону-вверх (вправо или влево). Возможны варианты «колокольчиков», звучащих около правого ушка или около левого.

«Ловим комариков» - легкие, звонкие хлопки прямыми ладошками справа, слева от корпуса, вверху и внизу согнутыми в локтях руками.

Хлопки в парах:

«Стенка» - ладони согнутых в локтях (впереди) рук идут навстречу рукам партнера. Хлопок выполняется на середине расстояния между детьми.

«Большой бубен» - поочередно один из партнеров держит открытыми ладони согнутых в локтях или вытянутых вперед рук, а другой ударяет по ним своими ладонями.

«Крестики» - техника выполнения та же, что и в «Бубне», только руки партнеров двигаются накрест (правая с правой и наоборот).

Виды шага

Спокойная ходьба (прогулка) – шаг начинается с носка вытянутой правой (левой) ноги, носок развернут в сторону. Амплитуда и длина шага небольшая. Движение рук произвольное (могут быть в любой позиции).

Шаг на всей ступне (топающий) – выполняется с очень небольшим продвижением вперед: колени чуть согнуты, корпус прямой, ноги ставятся на всю ступню с легким притопом, от пола их почти не поднимают, но и не шаркают. Ребенок движется как бы «на колесиках» руки можно поставить кулачками на пояс.

Хороводный шаг – этот вид шага используется в хороводах. Отличается от простого шага большой плавностью и устремленностью. Устремленный характер придают движению хорошая осанка, приподнятая голова. Движение связано с музыкой неторопливого, спокойного содержания.

Приставной хороводный шаг (без смены опорной ноги) – на «раз» - небольшой шаг с носка правой (левой) ноги, на «два» - носок другой ноги приставляется к пятке опорной и т.д.

Приставной хороводный шаг (с поочередной сменой опорной ноги) – ритмический рисунок шага: 2 восьмые, четверть. На «раз»- длинный шаг с носка правой (левой) ноги, и на «и» - приставление левого (правого) носка к пятке опорной ноги. На «два» - шаг на месте с правой (левой) ноги. На следующий такт движение с другой ноги.

Шаг кадрили – на «раз» - шаг правой (левой) ногой, на «два» - легкий скользящий удар каблуком другой ноги рядом с опорной. Неопорная нога после удара каблуком вытягивается вперед, начиная следующий шаг. Этот шаг можно выполнять с легким полуприседанием на счет «два».

Высокий шаг – нога не выносится вперед, а сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90^0 . носок максимально оттянут вниз или ступня параллельна полу) «утюжком». Это шаг на месте или с продвижением вперед (в образе петушка, лошадки).

Шаг с притопом на месте – на «раз» делают шаг на месте левой ногой рядом с правой; на «два» - притоп правой ногой впереди левой, без переноса на нее тяжести тела. Затем на «раз» - шаг на месте правой, ставя ее рядом с

левой; на «два» - притоп левой впереди правой; все повторяется сначала.

Акцент постоянно падает на притоп (на «два»).

Переменный шаг – выполняется на 2 такта в двухдольном размере или 1 такт в четырехдольном. В основе шага – хороводный шаг. На «раз» и «два» 1-го такта – длинные поочередные шаги с носка правой (левой) ноги. На «раз» и «два» 2-го такта – три коротких поочередных шага с носка другой ноги. На «и» пауза. Следующий шаг начинается с носка левой ноги.

Боковой приставной шаг – на «раз» - вправо (влево), на «два» - левая (правая) нога приставляется к опорной. Носки ног вместе или врозь, в зависимости от исходного положения («узкая дорожка» или основная стойка).

Боковое припадание – на «раз» - боковой шаг с носка правой (левой) ноги, колено сгибается (как бы маленькое приседание). На «два» - носок другой ноги приставляется к пятке опорной сзади, одновременно колено правой (левой) ноги выпрямляется. Элемент «припадания» можно выполнять и на месте в «точке» или с поворотом вокруг своей оси («часики»).

Шаг на носках:

Пружинящий шаг – это «пружинка» с продвижением на всей ступне.

Крадущийся шаг – это «пружинка» с продвижением на подушечках и низких полупальцах (образ куклы, балерины и т.д.). движение выполняется только в подготовительной группе.

Боковой шаг («крестик») – на «раз» - шаг в сторону с правой (левой) ноги. На «два» - перед ней накрест ставится левая (правая) нога.

Шаг окрестный вперед-назад («косичка») – хороводный шаг, только ноги ставятся не под углом 45^0 вправо или влево а накрест перед правой или левой. При движении этим шагом назад левая нога ставится сзади правой и наоборот.

Семенящий шаг («плавающий») – плавный хороводный шаг с продвижением вперед (назад) на носках. При его выполнении сгибаются

только подъемы ног. Исполняется в старшем возрасте.

Прыжки

На одной ноге:

«Точка» - исходное положение ног – основная стойка, руки в любой позиции. После толчка, приземлиться в ту же точку, ставя ногу сначала на носок, затем на всю ступню. Другая нога (неопорная) согнута в колене и отведена назад. Опорную ногу менять.

«Часики» - техника та же, только прыжок выполняется с поворотом вокруг своей оси. Опорная нога равномерно (как стрелка часов) поворачивается по окружности. На 8 прыжков ребенок должен сделать полный оборот – 360°.

На «раз, два» - левым плечом вперед,

На «три, четыре» - спиной,

На «пять, шесть» - правым плечом,

На «семь, восемь» - лицом.

«Лесенка» - техника та же, что и в «точке», но продвигаясь вперед или назад на определенное количество прыжков (ступенек лесенки).

«Заборчик» - боковой прыжок вправо (на правой) или влево (на левой ноге). Сколько дощечек в заборе, столько и прыжков.

«Солнышко» - техника та же, что и в «точке», только продвигаясь по окружности любого диаметра («вокруг солнышка»).

На двух ногах:

Подскок – поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге. Амплитуда прыжка зависит от характера музыки. Выполнять его можно на месте, с продвижением вперед или назад, а также с поворотом вокруг своей оси («часики»).

Прыжки с отбрасыванием ног назад – на «раз» - прыжок-«точка» опорной ногой, одновременно неопорная нога сгибается в колене и отбрасывается назад, пяткой кверху. Неопорная нога может удерживаться на весу или ставиться сзади на носок пяткой кверху. На «два» - смена опорной

ноги.

«Веселые ножки» (прыжки с выбрасыванием ног вперед) – то правая, то левая нога поочередно часто выбрасываются вперед, как бы хвалясь перед зрителями. Носочек ноги направлен вниз, к полу. Руки – в стороны, ладони смотрят вперед внутренней стороной.

«Качалочка» - исходное положение – ноги вместе. Затем правая нога выносится чуть вперед и как бы толкает левую ногу назад, затем снова выносится вперед, а левая возвращается на место. Движение повторяется непрерывно.

«Ножницы» - на «раз» - толчок, разведение ног в стороны и приземление в позицию «Широкая дорожка». На «два» - толчок и скрещивание ног в «точке» впереди (правая ступня впереди левой и наоборот при повторении).

«Крестик» - на «раз» - толчок и скрещивание ног в «точке» (правая нога впереди), на «два» - то же самое, только впереди левая нога.

«Метелочка» - то же, что и «качалочка», только со сменой ног.

Боковой галоп – то же, что и боковой приставной шаг, только на прыжке.

Галоп вперед – техника та же, только продвижение не в сторону, а вперед.

На «раз» - толчок и правая (левая) нога выносится вперед, приземляясь с носка. Носок другой ноги приставляется сзади к пятке опорной ноги. На «два» - повторение.

«Веревочка» - на «раз» - прыжок-«точка» на левой (правой) ноге, одновременно другая нога ставится сзади и скользящим движением носка по полу выносится вперед. На «два» - все повторяется правой (левой) ноги. Этот прыжок можно выполнять как на месте, так и с продвижением вперед.

Танцевальные движения

Исходное положение для всех вариантов (если не оговаривается дополнительно): ноги в основной стойке, руки в любой позиции.

«Качель маленькая» - дети стоят, взявшись за руки и слегка качая ими из стороны в сторону. «Качель большая» – то же, только сильно раскачивают руками из стороны в сторону.

«Пружинка» - стоя на месте, легко, часто, непрерывно приседать. Колени при этом слегка разводятся в стороны. Спина – прямая. Это движение можно выполнять из 6-й позиции ног (на «узкой дорожке»). в этом случае колени ног не разводятся.

Притоп – стоя на левой ноге, ритмично притоптывать правой, чуть пружиня обеими.

«Три притопа» (исходное положение – «Узкая дорожка») – на месте шаг правой ногой, затем левой и снова правой, чуть притопнув. Повторяется с левой ноги. Движение выполняется ритмично.

Притоп поочередно двумя ногами – техника та же, только на «раз, и» - притоп правой (левой) ногой, а на «два, и» - левой (правой) ногой.

Притоп в сочетании с «точкой» - пяткой, носком опорной ноги рядом с опорной или на расстоянии небольшого шага впереди.

Приседание – техника та же, только на «раз» - приседание, на «два» - возвращение в исходное положение. Амплитуда зависит от возраста детей. Полное приседание выполняется только в подготовительной группе. При этом пятки ног отрываются от пола, а колени разводятся в стороны, спина прямая, крепкая.

Полуприседание – выполняется в сочетании с «точкой» - каблук или носком правой (левой) ноги на расстоянии небольшого шага вперед.

Полуприседание с поворотом корпуса – сделать полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево) на 90°. Разворачивая корпус прямо, принять исходное положение.

«Ковырялочка»: 1-й вариант: правая нога ставится назад на носок, затем выносится вперед на пятку и на месте – три притопа.

2-й вариант: правую (левую) ногу согнуть в колене и поставить в сторону на носок не выворачивая (пяткой вверх); одновременно слегка согнуть колено левой (правой) ноги. Вытягивая прямую правую (левую) ногу, поставить ее на пятку. Сделать тройной притоп, начиная с правой (левой) ноги.

«Распашонка» - на «раз» полуприседание с хлопком «ладушки» согнутыми в локтях руками впереди-вверху. На «два» - выпрямиться и поставить правую

(левую) ногу в «точку» впереди-справа на пятку. Одновременно вытянуть руки по диагонали: правая – в сторону-вниз, левая – в сторону-вверх. На 2-й такт то же с другой ноги.

«Самоварчик» - на «раз» - полуприседание и хлопок-«ладушки» согнутыми в локтях руками перед грудью. На «два» - выпрямиться, левую руку вытянуть в сторону-вверх, правой – хлопнуть по внутренней стороне голени левой ноги, согнутой в колене и поднятой вверх под углом 90^0 .

«Елочка» - исходное положение: ноги – «узкая дорожка», руки – «полочка», «поясок» и др. На «раз» - повернуть ступни ног (отрывая носки от пола) вправо под углом 45^0 . на «два» - то же пятки. Движение можно выполнять как на прямых ногах, так и на «пружинке». Спина прямая.

«Большая гармошка» - ноги вместе. На «раз» - разведение носков в стороны, на «два» - разведение пяток, на «три» - снова разведение носков и на «четыре» - разведение пяток. Затем возвращение в исходное положение в таком же порядке.

«Топотушки» - исходное положение – ноги вместе, чуть присев, руки сжаты в кулачки на поясе (подбоченившись). Часто поочередно топать ногами на месте.

«Рычажок» - ноги на «узкой дорожке». На «раз» - правая рука сгибается в локте и рукой достает вверх, сгибаясь в коленке, поднимается первая нога. На «и» - в исходное положение. Все на «пружинке»

Поворот вокруг себя (кружение) – стоя лицом к зрителям начинать движение вправо. Легко на носочках повернуться на месте вокруг себя и остановиться в исходном положении.

«Расческа» - дети стоят в шахматном порядке. На расстоянии друг от друга лицом в одном направлении.

1-й вариант: вначале вторая шеренга проходит вперед сквозь первую, останавливаясь чуть впереди. Затем первая (оказавшись позади) п

«Играть платочком» - держа платок (сложенный по диагонали) за два угла перед собой на уровне груди, приподнимать поочередно то один, то другой уголок платочка.

Танцевальные движения для мальчиков 6-7 лет:

«Козлик» - исходное положение – правая нога стоит перед левой, руки скрещены перед грудью. Это движение выполняется на прыжке. Прыгая на левой ноге, сильно притоптывать правой. На счет «раз» - руки по дуге раскрываются в стороны-вверх (кулачки слегка сжаты и подняты вверх), на счет «два» - возвращаются в исходное положение.

«Веселые ножки» - положение упор-присев сзади. Ноги часто, резко «выбрасываются» поочередно вперед. Возвращаясь в исходное положение, нога опирается носком об пол.

«Гусиный шаг» - исходное положение – в полуприсяде, ноги на «узкой дорожке» широко шагать в полуприсяде на «пружинке». Руками, согнутыми в локтях, махать вперед-назад. Следить за осанкой. Продолжительность движения не более 8-ми тактов.

«Волчок» - опираясь о пол ладонью правой руки, вытянув корпус и ноги влево по диагонали, двигаться «семенящим» бегом вокруг своей оси (как циркулем описывая полный круг). Левая рука – произвольно.

Встать на колено – опуститься на правое колено, левая нога согнута в виде стульчика. Ступня левой ноги стоит у колена правой ноги.

Поклон

«Русский поклон» - исходное положение ног: 4-я позиция.

Согнув правую руку в локте, коснуться пальцами правой руки левого плеча. Выпрямляя правую руку, опустить ее вниз пред собой по траектории дуги, одновременно наклоняя корпус вперед.

Построения

Колонна – дети стоят друг за другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Шеренга – дети стоят рядом друг с другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Цепочка – дети стоят вполоборота друг за другом, держась за руки.

Список используемой литературы:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии, Москва, 1999г.
2. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей 4-5 лет.-Москва,1983г
3. Буренина А. И. Ритмическая мозаика, Санкт-Петербург, 1997г.

4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
5. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004
6. Каплунова И., Новоскольцева И. Ладушки «Потанцуй со мной дружок». Санк-Петербург, 2010г.
7. Суворова Т. Танцевальная ритмика, Санк-Петербург, 2004г
8. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»-танцевально-игровая пластика для детей. Санк-Петербург, 2007г.