

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад комбинированного вида № 12 «Берёзка»
города Стародуба Брянской области
(МБДОУ № 12 «Берёзка»)**

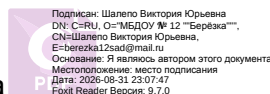
ПРИНЯТА:

на заседании педагогического Совета
протокол от 28.08.2026 года №1

УТВЕРЖДЕНА:

приказом МБДОУ №12 «Берёзка»
от 28.08.2026 года. № 110

Шалепо
Виктория
Юрьевна

Подписан: Шалепо Виктория Юрьевна
DN: cn=Шалепо Виктория Юрьевна,
ou="МБДОУ № 12 "Берёзка"",
o="МБДОУ № 12 "Берёзка"",
email=E-berezka12sad@mail.ru
Описание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2026-08-31 23:07:47
Foxit Reader Версия: 9.7.0

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТАНЦЕВАЛЬНОГО ДЕТСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ
«КАБЛУЧОК»**

Направленность программы - художественная

Возраст воспитанников: 3-7 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:

Варакина Марина Анатольевна,
музыкальный руководитель

г. Стародуб, 2026 год

Содержание

I. Целевой раздел.

1. Пояснительная записка (описание Программы)

- 1.1. Цели и задачи реализации Программы
- 1.2. Формы организации и режим занятий.
- 1.3. Планируемые (ожидаемые) результаты освоения Программы

II. Содержательный раздел

2.1. Учебный план (приложение 1)

Учебно- тематический план для детей от 3 до 7 лет

- 2.2. Содержание учебно – тематического плана для детей от 3 до 7 лет
- 2.3. Содержание программы (перспективное планирование)
- 2.4. Формы взаимодействия с родителями.

III. Организационный раздел.

- 3.1. Описание материально – технического обеспечения образовательного процесса.
- 3.2. Информационное обеспечение. Список литературы.

Приложения.

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА (описание Программы)

Программа танцевального детского объединения разработана на основе методического пособия «Ступеньки музыкального развития» Е.Дубровской к программе «Из детства в отрочество» Т. Дороновой, пособия «Музыкально – двигательные упражнения в детском саду» Н.А. Ветлугиной, пособия «Музыка и движения» С.И. Бекиной, учебно – методического пособия «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы» Г. Колодницкого с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностей воспитанников.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. №1155), а также с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.12г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией модернизации российского образования;
- Концепцией дошкольного воспитания.

Обучение детей по данной программе, предполагает изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Наше дошкольное образовательное учреждение может предоставить воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, а значит и детство, обогащенное соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, что позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРОГРАММЫ

Программа по содержанию является художественной, по функциональному предназначению – прикладной, по форме организации – подгрупповой, по времени реализации – годичной. Программа рассчитана на 1 год обучения и рекомендуется для занятий с детьми от 3 до 7 лет.

Уровень освоения Программы – стартовый.

НОВИЗНА ПРОГРАММЫ

Настоящая программа заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

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

Раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Танец имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течении многих веков.

А так же педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (*изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев*);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ

ЦЕЛЬ: формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально – ритмических и танцевальных движений.

ЗАДАЧИ:

Образовательные:

- Обучать детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.

- Развивать музыкальный слух и чувство ритма.
- Развивать воображение, фантазию.

Воспитательные:

- Воспитывать у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Воспитывать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

Оздоровительные:

- Сохранить и укрепить здоровье детей.

Успешное решение поставленных задач на занятиях танцами с дошкольниками возможно только при использовании **педагогических принципов и методов обучения.**

ПРИНЦИПЫ:

- Индивидуализации (*определение посильных заданий с учетом возможности ребенка*);
- Систематичности (*непрерывность и регулярность занятий*);
- Наглядности (*безукоризненный показ движений педагогом*);
- Повторяемости материала (*повторение вырабатываемых двигательных навыков*);
- Сознательности и активности (*обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям*).

Программа предусматривает использование следующих **методов и приемов:**

Игровой метод. Основным методом обучения танцам детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средство разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое – либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

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

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

Практический метод – заключается в многократном выполнении конкретного музыкально – ритмического движения.

ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ, участвующих в реализации данной программы от 3 до 7 лет.

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественного нового уровня занятий.

Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ: программа рассчитана на 1 год обучения (с сентября по май).

ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ: групповые (подгрупповые) с ярко выраженным индивидуальным подходом.

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

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействия на весь организм: ходьба, прыжки, бег. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия – музыкально – ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном темпе умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на занятии меняются, но основой темп уверенный.

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ (согласно СанПиН)

ДОП танцевального детского объединения «Каблук» предлагает проведение занятий 1 раз в неделю.

Возраст детей	Продолжительность занятий
Младшая группа (3-4 лет)	не более 15 мин.
Средняя группа (4-5 лет)	не более 20 мин.
Старшая группа (5-6 лет)	не более 25 мин.
Подготовительная к школе группа (6–7 лет)	не более 30 мин.

ПЛАНИРУЕМЫЕ (ОЖИДАЕМЫЕ) РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Воспитанники 3 – 5 лет должны уметь:

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- запоминать и самостоятельно исполнять композицию;
- использовать разнообразные виды движений в импровизации под музыку.

Воспитанники 5 – 7 лет должны знать:

- настроение и характер музыки.
- жанровые особенности музыки.
- виды движений, используемые в процессе музыкально-ритмического исполнения.
- навыки культурного поведения в процессе группового общения.
- узнавать музыкальное произведение, называть автора;
- виды основных движений, используемые для передачи музыкального образа;
- контрасты и характер музыки;
- стиль музыкального произведения.

Должны уметь:

- передавать в пластике разнообразный характер музыки;
- передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, регистр.
- самостоятельно находить свое место в зале;
- исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях;
- самостоятельно начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ;
- передавать в пластике музыкальный образ;
- перестраиваться в круг. Становится в пары и друг за другом и т.д.
- сочинять несложные плясовые движения;
- выражать различные эмоции в мимике и пантомимике;
- сочувствовать и сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Формой подведения итогов реализации ДОП «Каблучок» является:

- выступление детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговые занятия;
- открытые занятия для родителей (законных представителей);
- отчетный концерт по итогам года.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Учебный план (Приложение № 1)

2.2. Содержание учебно – тематического плана

МЛАДШИЙ ВОЗРАСТ 3 – 4 года

Тема 1. «Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года».

Тема 2. Учить двигаться в соответствии с двухчастной формой музыки и силой её звучания, «громко-тихо», «реагировать на начало звучания музыки и её окончание».

Тема 3. Совершенствовать навыки основных движений, «ходьба и бег»: «учить маршировать вместе со всеми и индивидуально», «бегать легко» (в умеренном и быстром темпе).

-Развивать умение: «кружиться в парах»

Тема 4. Улучшать качество исполнения танцевальных движений:

- продолжать развивать умение: «кружиться в парах», «притопы попеременно двумя ногами», «притопы одной ногой», «выполнять прямой галоп»

Тема 5. Закреплять качество исполнения движения «прямой галоп»

- способность развитию навыков выразительной и эмоциональной передачи игровых и сказочных образов: «идет медведь», «бегают мышата», «скачет зайка», «летают птички».

Тема 6. Показ итогового занятия.

-Повторение и закрепление пройденного за учебный год материала.

СРЕДНИЙ ВОЗРАСТ 4 – 5

Тема 1. «Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года».

Тема 2. Расширять знания детей о понятиях «танец»,

«ориентировка в пространстве», «ровная спина», «носик смотрит прямо».

-Учить первичным навыкам: «находить свое место на краю ковра», «двигаться по краю ковра».

Тема 3. Познакомить детей с понятиями «зима», «зимние праздники», "Новый год»

-Расширять знание детей о понятиях «линии», «повороты, выпады вправо и влево»

-Учить движения хороводного шага, держась за руки соблюдая правильную форму круга.

Тема 4. Праздник "8 марта"

-Познакомить детей с понятиями «весна», «мамин праздник».

-Учить передавать характер, мимику, пластику, воображение, через движения сюжетным наполнением танца.

-Расширять имитационные знания о понятиях «кошечка точит коготки», «умывается», «ползает», «виляет хвостиком», «болтает ножками».

Тема 5.

"Весенний праздник"

-Развивать музыкально-ритмическую координацию движений,

- способность выразительно двигаться в соответствии с характером музыки, используя предметы.

-Расширять умение перестраиваться из большого круга в маленький и наоборот, не держась за руки.

-Учить детей движением в работе с лентой: «поочередное поднятие рук», «круговые движения рук», «змейка», «водопад».

Тема 6.

«Любимые танцы».

Показ годового занятия

-Повторение и закрепление пройденного за учебный год материала.

СТАРШИЙ ВОЗРАСТ 5 – 6 лет

Вводное занятие

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (*поклон*).

2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.

3. Разговор о технике безопасности на занятиях.

4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

ТЕМА « Знакомство с танцем»

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, бальными.

2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.

3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.

4. Беседа о любимых танцах.

ТЕМА «Музыкальная грамота»

Задачи:

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

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (*темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение*).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (*хлопками, шагом, движением, предметом*).

— творческая задача: поочередное вступление (*канон*) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;

— выделять сильную долю, слышать слабую долю;

— игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»

— прохлопывать заданный ритмический рисунок.

4. Музыкальный жанр

— полька, марш, вальс (*устно определить жанр*)

— игра: «Марш – полька – вальс»

5. Слушать музыку а'capella, уметь двигаться под нее.

ТЕМА «Элементы классического танца»

Задачи:

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

Содержание:

Выполнение упражнений на середине (*отработка положений и позиций рук и ног*):

- постановка корпуса (*ноги в свободном положении*);
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- позиции ног;
- постановка корпуса на полупальцы;
- чередование позиций
- легкие прыжки;
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию;

ТЕМА «Танцевальные игры»

(*комплексы ритмопластики*)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

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

Содержание:

1. Движение по линии танца.

2. Рисунок танца «Круг»:

- замкнутый круг;
- раскрытый круг (*полукруг*);
- круг в круге;
- сплетенный круг (*корзиночка*);
- лицом в круг, лицом из круга;
- круг парами,
- круг противоходом.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (*на задний, передний план*);
- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;
- перестроение из маленьких кружков в диагональ (*самостоятельно указав ведущих*).

4. Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

- горизонтальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (*самостоятельно, выбрав ведущего*).

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

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

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;

2. Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

- развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;
- работа рук в русском танце;
- навыки работы с платочком;
- русский поклон;
- подскоки;
- тройные прыжки
- бег с вытянутыми носочками
- боковой галоп
- шаг с вытянутыми носочками (*хороводный*)
- хлопки
- движение с выставлением ноги на носок;

- «ковырялочка» вперед и в сторону;
 - пружинка с поворотом;
 - приставные шаги в сторону;
 - Ходы:
 - простой, на полупальцах,
 - боковой, приставной,
 - боковой ход «припадание» по VI позиции,
 - беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
 - Подготовка к «дробям»:
 - притопы,
 - удары полупальцами,
- удары каблуком;
- Хлопки и хлопушки для мальчиков:
 - одинарные по бедру и голенищу.
 - каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
 - присядка с выставлением ноги на пятки

ТЕМА «Бальный танец»

Задачи: 1. Познакомить детей с историей бального танца.

2. Научить основам танца «Полька».

3. Разучить основные элементы танца «Вальс».

Содержание:

1. Введение в предмет

2. Изучение основ танца «Полька»:

- подскоки, галоп;
- комбинирование изученных элементов;
- положения в паре:
- «лодочка»,
- руки «крест-накрест»,
- мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.

3. Изучение основ танца «Вальс»:

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

ТЕМА «Танцевальная мозаика»

(репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

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

Содержание:

Хороводные танцы: «Россия-матушка», «Красный сарафан»

Сюжетные танцы: «Ходики», «Аквариум», «Лягушки и цапля»

Детские танцы «Барбарики», Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: «Украинская полечка» «Сиртаки», «Русские узоры», «Казачата», «Веселый рок-н-рол»,

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

СТАРШИЙ ВОЗРАСТ 6 – 7 лет

Вводное

ТЕМА « Знакомство с танцем» (*Введение в предмет*)

Задачи:

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

ТЕМА « Музыкальная грамота»

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные ранее.
2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Содержание:

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

ТЕМА «Элементы классического танца»

Задачи:

4. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
5. Формировать правильную осанку и координацию движений.
6. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Экзерсис на середине:
 - постановка корпуса (ноги в свободном положении);
 - понятия рабочая нога и опорная нога;
 - позиции ног ;
 - постановка корпуса в I – II – III позиции;
 - постановка корпуса на полупальцы;
 - чередование положений;
 - легкие прыжки;
 - перегиб корпуса вперед и в сторону.

- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию;
- повороты головы на 1/2; 1/4.

ТЕМА «Танцевальные игры»

(комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Ни кола, ни двора», «Кукляндия», «Звериная аэробика»

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

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

Содержание:

3. Движение по линии танца.
4. Рисунок танца «Круг» *(рассказ из истории)*:

- замкнутый круг;
- раскрытый круг *(полукруг)*;
- круг в круге;
- сплетенный круг *(корзиночка)*;
- лицом в круг, лицом из круга;
- круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, *(на задний план, передний план)*;
- перестроения из нескольких кругов *(самостоятельно, выбрав ведущих)*.

3. Понятие «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;
- перестроение из маленьких кружков в диагональ

(самостоятельно указав ведущих).

4. Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

- горизонтальная;
- вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» *(самостоятельно, выбрав ведущего)*.

6. Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца».

Игра – танец «Бесконечный».

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

4. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
5. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.

6. Научить основам русского танца.

Содержание:

3. Введение в предмет «Русский танец»;

4. Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

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

ТЕМА «Бальный танец»

Задачи:

4. Познакомить детей с историей бального танца.

5. Научить основам танца «Полька».

6. Разучить основные элементы танца «Вальс».

7. Разучить основные движения танца «Вару-вару»

Содержание:

4. Введение в предмет

5. 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.

6. Изучение основ танца «Вальс»:

- основные элементы:
- «качели»,
- «квадрат»,
- «ромб»,
- «вальсовая дорожка»,
- «перемена»;
- valance (*покачивание в разные стороны*)
- работа в паре:
- положение рук в паре,
- «ромб» в паре,
- вращение «звездочка»;
- простые танцевальные комбинации.

7. Изучение основ танца «Вару-вару»

- выброс ног поочередно в прыжке вперед;
- выброс ног поочередно в прыжке в разные стороны;
- комбинированное изучение основных элементов;
- рисунок танца:
 - положение an face;
 - положение «лицом друг к другу»
- работа в паре:
 - положение рук в паре;
 - положение ног в паре;
 - вращение в паре «волчок»;
- работа над ритмом:
 - похлопывание основного ритма танца;
 - работа над ритмом в движении.

ТЕМА «Танцевальная мозаика»

(репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

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

Содержание:

Хороводные танцы: «Аленушки», «Василек», «Родные просторы»

Сюжетные танцы: «У самовара», «Отдых летом», «На птичьем дворе»

Детские танцы «Барбарики», «Пробуждальный» танец, «Веселые квадраты», «Зажигай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия».

Танцы народов мира: «Восточный танец», «Сиртаки», «Русский перепляс», «Еврейский танец», «Казачата», «Ковбои», «Аргентинское танго», «Танец с тросточками», «Веселый рок-н-рол», «Кармен» (испанский танец), «Цыганский танец».

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

2.3. Содержание Программы (перспективное планирование)

МЛАДШИЙ ВОЗРАСТ 3-4 года

Сентябрь

Занятие 1.

Вводное занятие. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на

начало года.

Занятие 2.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Смело идти и прятаться»
муз. И. Беркович
3. Игровая релаксация.

Занятие 3.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Смело идти и прятаться»
муз. И. Беркович
3. Игровая релаксация.

Октябрь

Занятие 4.

1. Разминка
2. Музыкально-ритмическая композиция «Ладушки» муз. Н. Римского - Косакова
3. Игровая релаксация.

Занятие 5.

1. Разминка
2. Музыкально-ритмическая композиция «Ладушки» муз. Н. Римского – Косакова
3. Игра «Прогулка» Г. Свиридова
4. Игровая релаксация.

Занятие 6.

1. Разминка
2. Музыкально-ритмическая композиция «Ладушки» муз. Н. Римского – Косакова
3. Игра «Прогулка» Г. Свиридова
4. Игровая релаксация.

Занятие 7.

1. Разминка
2. Музыкально-ритмическая композиция «Ладушки» муз. Н. Римского – Косакова
3. Игра «Прогулка» Г. Свиридова
4. Игровая релаксация.

Занятие 8.

- Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Смело идти и прятаться»
муз. И. Беркович
3. Игровая релаксация.

Ноябрь

Занятие 9.

1. Разминка
2. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» муз. Э. Парлова
3. Игровая релаксация

Занятие 10.

1. Разминка
2. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» муз. Э. Парлова
3. Игра «Ходит Ваня» р.н. мелодия обр. Н. Метлова

Занятие 11.

1. Разминка
2. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» муз. Э. Парлова

Занятие 12.

1. Разминка
2. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» муз. Э. Парлова
3. Игра «Ходит Ваня» р.н.мелодия обр. Н. Метлова

Декабрь

Занятие 13.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Кто хочет побегать?»
л.н.мелодия обр. Л. Вишкаревой
3. Игровая релаксация

Занятие 14.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Кто хочет побегать?»
Л.н.мелодия обр. Л. Вишкаревой
3. Игра «Прятки» р.н.мелодия

Занятие 15.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Кто хочет побегать?»
Л.н.мелодия обр. Л. Вишкаревой
3. Пляска «Пальчики – ручки» р.н.мелодия обр. М. Раухвергера
4. Игра «Прятки» р.н.мелодия

Занятие 16.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Кто хочет побегать?»
Л.н.мелодия обр. Л. Вишкаревой
3. Пляска «Пальчики – ручки» р.н.мелодия обр. М. Раухвергера
4. Игра «Прятки» р.н.мелодия

Январь

Занятие 17.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Кто хочет побегать?»
Л.н.мелодия обр. Л. Вишкаревой
3. Пляска «Пальчики – ручки» р.н.мелодия обр. М. Раухвергера
4. Игра «Прятки» р.н.мелодия

Занятие 18.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Кто хочет побегать?»
Л.н.мелодия обр. Л. Вишкаревой
3. Пляска «Пальчики – ручки» р.н.мелодия обр. М. Раухвергера
4. Игровая релаксация

Занятие 19.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Топотушки» муз. М. Раухвергера
3. «Игра с погремушками» финская н.мелодия

Занятие 20.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Топотушки» муз. М. Раухвергера
3. «Игра с погремушками» финская н.мелодия

Февраль

Занятие 21.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Топотушки» муз. М. Раухвергера
3. «Игра с погремушками» финская н.мелодия

Занятие 22.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Топотушки» муз. М. Раухвергера
3. «Игра с погремушками» финская н.мелодия

Занятие 23.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Скачут лошадки» муз. Т. Попатенко
3. «Плясовая» муз. Л.Бирного
4. Игровая релаксация

Занятие 24.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Скачут лошадки» муз. Т. Попатенко
3. «Плясовая» муз. Л.Бирного
4. Игровая релаксация

Март

Занятие 25.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Скачут лошадки» муз. Т. Попатенко
3. «Плясовая» муз. Л.Бирного
4. Игровая релаксация

Занятие 26.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Скачут лошадки» муз. Т. Попатенко
3. «Плясовая» муз. Л.Бирного
4. Игровая релаксация

Занятие 27.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Медвежата» Муз. М. Красева
3. Игровое упражнение «Птички летают»

Занятие 28.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Медвежата» Муз. М. Красева
3. Игровое упражнение «Птички летают»

Апрель

Занятие 29.

1. Разминка.
2. Музыкально-ритмическая композиция «Мышки» муз. Н. Сушина

3. Игровое упражнение «Птички летают»

Занятие 30.

1. Разминка.

2. Музыкально-ритмическая композиция «Мышки» муз. Н. Сушина

3. Игровое упражнение «Птички летают»

Занятие 31.

1. Разминка.

2. Музыкально-ритмическая композиция «Зайцы и лиса» муз. Е. Вихаревой

3. Игра «Зайка, выходи» муз. Е. Тиличевой

Занятие 32.

1. Разминка.

2. Музыкально-ритмическая композиция «Смело идти и прятаться»
муз. И. Беркович

3. Игровая релаксация.

Занятие 33. Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Май

Занятие 34. Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Занятие 35. Итоговое контрольное занятие.

Занятие 36. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

СРЕДНИЙ ВОЗРАСТ 4- 5 лет

Сентябрь

Занятие 1.

Вводное занятие. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.

Занятие 2.

1. Разминка.

2. Дыхательная гимнастика «Ладони».

3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова.

5. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 3.

1. Разминка.

2. Дыхательная гимнастика «Ладони».

3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова.

5. Музыкальная игра «Зайка-зайка» С.Насауленко.

6. Игровой самомассаж, релаксация.

Октябрь

Занятие 4.

1. Разминка

(бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).

2. Дыхательная гимнастика «Погончики».

3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».

Занятие 5.

1. Разминка.

2. Дыхательная гимнастика «Ладони».

3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова.
5. Музыкальная игра «Зайка-зайка» С.Насауленко.
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 6.

1. Разминка

(бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках)

2. Дыхательная гимнастика «Погончики»
3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел.

Занятие 7.

1. Разминка

(бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).

2. Дыхательная гимнастика «Погончики».
3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел.
5. Музыкальная игра «Курочки и петушок» С.Насауленко.
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 8.

1. Разминка

(бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).

2. Дыхательная гимнастика «Погончики».
3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел.
5. Музыкальная игра «Курочки и петушок» С.Насауленко.
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Ноябрь

Занятие 9.

1. Разминка *(шаг с носка, прямой галоп).*
2. Дыхательная гимнастика «Насос».
3. Игровой стретчинг «Колобок», «Паровозик».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Танец зайчиков и лисы» Г. Донецетти.

Занятие 10.

1. Разминка *(шаг с носка, прямой галоп).*
2. Дыхательная гимнастика «Насос».
3. Игровой стретчинг «Колобок» «Паровозик»
4. Музыкально-ритмическая композиция «Танец зайчиков и лисы» Г. Донецетти.

Занятие 11.

1. Разминка *(шаг с носка, прямой галоп).*
2. Дыхательная гимнастика «Насос».
3. Игровой стретчинг «Колобок» «Паровозик»
4. Музыкально-ритмическая композиция «Танец зайчиков и лисы» Г. Донецетти.
5. Музыкальная игра «Обезьянки и тигр» С.Насауленко
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 12.

1. Разминка *(шаг с носка, прямой галоп).*
2. Дыхательная гимнастика «Насос».

3. Игровой стретчинг «Колобок»«Паровозик».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Снег-снежок» Е. Макшанцевой «Танец зайчиков и лисы»Г. Донецетти.
5. Музыкальная игра «Обезьянки и тигр» С.Насауленко

Декабрь

Занятие 13.

1. Разминка.
2. Дыхательная гимнастика.
3. Игровой стретчинг «Пружинки».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Снег-снежок» Е. Макшанцевой.
5. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 14.

1. Разминка.
2. Дыхательная гимнастика.
3. Игровой стретчинг «Пружинки».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Снег-снежок» Е. Макшанцевой.
5. Музыкальная игра «Зайка-выходи» Е.Тиличевой
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 15.

1. Разминка.
2. Дыхательная гимнастика.
3. Игровой стретчинг «Пружинки».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Снег-снежок» Е. Макшанцевой.
5. Музыкальная игра «Зайка-выходи» Е.Тиличевой

Занятие 16.

1. Разминка (*шаг с носка, боковой галоп*).
2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».
3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».
4. Игровой самомассаж, релаксация.

Январь

Занятие 17.

1. Разминка (*шаг с носка, боковой галоп*).
2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».
3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки» Д. Кабалецкого.

Занятие 18.

1. Разминка (*шаг с носка, боковой галоп*).
2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».
3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки» Д. Кабалецкого .
5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 19.

1. Разминка (*шаг с носка, боковой галоп*).
2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».
3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки» Д. Кабалецкого .

5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.

6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 20.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).

2. Дыхательная гимнастика «Кошка».

3. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Б. Савельева.

4. Игровой самомассаж, релаксация.

Февраль

Занятие 21.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).

2. Дыхательная гимнастика «Кошка».

3. Игровой стретчинг «Коробочка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя»

5. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 22.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).

2. Дыхательная гимнастика «Кошка».

3. Игровой стретчинг «Коробочка» .

4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Б. Савельева.

5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.

6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 23.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).

2. Дыхательная гимнастика «Кошка».

3. Игровой стретчинг «Коробочка» .

4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Б. Савельева.

5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.

6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 24.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).

2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».

3. Игровой стретчинг «Корзиночка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару» М. Спадавекия.

Март

Занятие 25.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).

2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».

3. Игровой стретчинг «Корзиночка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару» М. Спадавекия.

5. Музыкальная игра «Аист и лягушки» С. Насауленко.

Занятие 26.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).

2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».

3. Игровой стретчинг «Корзиночка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару» М. Спадавекия.

5. Музыкальная игра «Аист и лягушки» С. Насауленко.

6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 27.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).
2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».
3. Игровой стретчинг «Корзиночка».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару» М. Спадавекиа.
5. Музыкальная игра «Аист и лягушки» С. Насауленко.
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 28.

1. Разминка.
2. Дыхательная гимнастика.
3. Игровой стретчинг «Пружинки».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Снег-снежок» Е. Макшанцевой.
5. Музыкальная игра «Зайка-выходи» Е.Тиличеевой
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Апрель

Занятие 29.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).
2. Дыхательная гимнастика «Ушки».
3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.

Занятие 30.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).
2. Дыхательная гимнастика «Ушки».
3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.

Занятие 31.

1. Разминка (*шаг с высоким подниманием бедра, поскоки*).
2. Дыхательная гимнастика «Ушки».
3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.
5. Музыкальная игра «Барашки и волк» С. Насауленко.
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 32. Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Май

Занятие 33. Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Занятие 34. Итоговое контрольное занятие.

Занятие 35. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Занятие 36. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

СТАРШИЙ ВОЗРАСТ 5 – 6 лет

Сентябрь

Занятие 1. Вводное занятие. Тема «Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года».

Занятие 2. Тема «Культура поведения на занятиях танцевального кружка»:

- познакомить детей с правилами и манерой поведения;
- с формой одежды и прической;

- с отношениями между мальчиками и девочками.

«Танец с осенними листьями и зонтиками» М. Ленгрانا.

Занятие 3.

Упражнения на ориентировку в пространстве: положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.

Положения и движения ног: позиции ног (выворотные); releve по 1,2,3 позициям.

«Танец с осенними листьями и зонтиками» М. Ленграна.

Октябрь

Занятие 4.

Упражнения на ориентировку в пространстве: квадрат.

Положения и движения ног: sette по 1,2,6, sette в повороте (по точкам зала).

«Танец с осенними листьями и зонтиками» М. Ленграна.

Занятие 5. Тема 3. «Культура поведения в театре».

- Познакомить детей с культурой и правилами поведения при посещении театров.

Положения и движения ног: demi – plie по 1,2,3 позициям; сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы, шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад.

Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги.

Занятие 6.

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; demi-plie с одновременной работой рук.

Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги.

Занятие 7.

Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.

Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги.

Ноябрь

Занятие 8.

Итоговое занятие «Путешествие в осенний лес»

Занятие 9. Тема «Танцевальное искусство».

- Познакомить детей с понятиями «танцевальное искусство», «хореографический образ», «пластика», «жест», «выразительность».

Занятие 10.

Положения и движения рук: положение рук на поясе – кулачком; смена ладошки на кулачок.

Движения ног: шаг с каблука в народном характере; простой шаг с притопом.

Занятие 11.

Положения и движения рук: переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).

«Танец Солдатики и Куколок»

Декабрь

Занятие 12.

Движения ног: 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

одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию). «Танец Солдатиков и Куколок».

Занятие 13. Тема «Виды танцевального искусства».

- Познакомить детей с видами хореографии:

классический, народный, балетный, историко-бытовой и современные танцы.

Движения ног: battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plié; притоп простой, двойной, тройной.

Занятие 14.

Положения и движения рук: «приглашение».

Движения ног: простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; хлопки в ладоши – двойные, тройные;

руки перед грудью – «полочка».

«Танец Солдатиков и Куколок»

Занятие 15.

Положения рук в паре:

«лодочка» (поворот под руку).

Движения ног:

Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).

«Танец Солдатиков и Куколок»

Занятие 16.

Итоговое занятие «Новогодняя сказка».

Январь

Занятие 17. Тема «Сюжетный танец».

Положение рук в паре: «под ручки» (лицом друг к другу).

Движения ног: простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками. Упражнения на ориентировку в пространстве: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.

Занятие 18.

Положения рук в паре: сзади за талию (по парам, тройкам).

Движения ног: танцевальный шаг по парам, тройкам (с положением рук сзади за талию).

Упражнения на ориентировку в пространстве: диагональ.

Танец «Птичка польку танцевала» А. Рыбникова.

Занятие 19.

Упражнения на ориентировку в пространстве: «змейка»; «ручеек».

Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.

Танец «Птичка польку танцевала» А. Рыбникова.

Февраль

Занятие 20.

Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.

Движения ног: прыжки с поджатыми ногами.

Танец «Птичка польку танцевала» А. Рыбникова.

Занятие 21. Тема «Народный танец».

- Познакомить детей с костюмами музыкой и культурными особенностями русского народа.

Движения ног: «шаркающий шаг», «елочка»; (мальчики)

подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).

Занятие 22.

Движения ног: «гармошка»; (девочки)

простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).

Движения ног: «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; (девочки) маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка». Танцевальная композиция «Калинка».

Занятие 23.

Движения ног: поклон на месте с руками;

поклон с продвижением вперед и отходом назад; (мальчики) подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция);

(девочки) бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».

Танцевальная композиция «Калинка».

Март

Занятие 24.

Упражнения на ориентировку в пространстве: «звездочка» «корзиночка».

Танцевальная композиция «Калинка».

Занятие 25. Тема «Бальный танец».

- Познакомить детей с понятием «бальный танец» - вальс, полька.

Занятие 26. Тема « В гости к весне». Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.

Занятие 27.

Постановка корпуса, головы, рук и ног.

Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

Апрель

Занятие 28.

Движения ног: шаги: бытовой и танцевальный; поклон, реверанс.

Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

Занятие 29. Тема «Историко-бытовой танец».

- Познакомить детей с понятием историко-бытовой танец»: менуэт, полонез.

Движения ног:

«боковой галоп» простой (по кругу). «боковой галоп» с притопом (по линиям). Занятие 30.

Движения ног: «пике» (одинарный) в прыжке.

Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

Занятие 31.

Положения рук в паре:

основная позиция.

Движения ног: легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед.

Движения в паре: (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика.

Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

Занятие 32. Подготовка к итоговому занятию.

Май

Занятие 33. Подготовка к итоговому занятию.

Занятие 34. Итоговое занятие

Занятие 35. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Занятие 36. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

СТАРШИЙ ВОЗРАСТ 6 – 7 лет

Сентябрь

Занятие 1. Вводное занятие. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.

Занятие 2. Тема «Бальный танец»

- Рассказать о современных бальных танцах – румба, танго, фокстрот, квик-степ, ча-ча-ча, самба.

Танец «Вальс» Е. Доги.

Занятие 3.

Движения рук: port de bras.

Движения ног: releve; demi – plie.

Танец «Вальс» Е. Доги.

Октябрь

Занятие 4.

Движения ног:

Вальс: раг вальса (по одному, по парам); раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад.

Танец «Вальс» Е. Доги.

Занятие 5. Тема «Классический танец».

- Познакомить детей с понятием «классический танец». –Раскрыть содержание термина «балет», показать фото и видеоматериалы из балетного спектакля. Движения ног: battement tendu, passé.

Музыкально-ритмическая композиция под музыку Вивальди» С. Никитин.

Занятие 6.

Движения рук: port de bras.

Движения ног: releve.

Музыкально-ритмическая композиция под музыку Вивальди» С. Никитин.

Занятие 7.

Движения ног:

demi-plie.

Движение рук: port de bras.

Музыкально-ритмическая композиция под музыку Вивальди» С. Никитин.

Занятие 8. Итоговое занятие «Золотая осень».

Ноябрь

Занятие 9. Тема «Историко-бытовой танец»

- Рассказать о разнообразии историко-бытовых танцев: гавот, мазурка.

Занятие 10.

Движение ног: pas eleve.

Движение рук: port de bras.

«Танец Придворных» Л. Боккерини.

Занятие 11.

Движение ног: pas degage.

Движение рук: port de bras.

«Танец Придворных» Л. Боккерини.

Занятие 12.

Движение ног: pas balance.

Движение рук: port de bras.

«Танец Придворных» Л. Боккерини.

Декабрь

Занятие 13. Тема «Современный танец».

- Познакомить детей с различными направлениями в современной хореографии: хип-хоп, брейк, диско, рок-н-ролл, фристайл. «Новогодний карнавал» Ассоль.

Занятие 14. «Новогодний карнавал» Ассоль.

Занятие 15. «Новогодний карнавал» Ассоль.

Занятие 16. Итоговое занятие «Новогодний карнавал».

Январь

Занятие 17. Тема «Танцы народов мира».

- Познакомить детей с особенностями национальных культур.

Занятие 18.

Движения ног: поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте и с отходом назад, «веревочка».

Занятие 19.

Движения ног:

прыжок с поджатыми;

(мальчики): присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком).

Движения в паре:

соскок на две ноги лицом друг другу.

«Кадриль» В. Теплов.

Февраль

Занятие 20.

Движения ног:

пружинящий шаг под ручку по кругу;

(мальчики):

присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу.

«Кадриль» В. Теплов.

Занятие 21. Тема «Русский народный танец».

- Рассказать о разнообразии характерных образов в русских народных танцах.

Занятие 22.

Упражнения на ориентировку в пространстве: «карусель»,

«воротца». «Кадриль» В. Теплов.

Занятие 23.

Движения ног:

(мальчики): одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад.

Движения ног:

(девочки): вращение на полупальцах;

(мальчики): «гусиный шаг».

Март

Занятие 24.

Движения ног: кадильный шаг с каблука, «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с

открыванием рук).

«Кадриль» В. Теплов.

Занятие 25. Тема «Испанский танец»

- Рассказать детям об особенностях испанской культуры, характере и манере исполнения народных танцев.

- Показать фотоматериалы костюмов и видеоматериал с испанским народным танцем.

Занятие 26. Разучивание элементов испанского танца.

Занятие 27. Разучивание элементов испанского танца.

Апрель

Занятие 28. Разучивание элементов испанского танца.

Занятие 29. Тема «Цыганский танец».

- Рассказать детям об особенностях цыганской культуры, характере и манере исполнения народных танцев.

Занятие 30. Разучивание элементов цыганского танца.

Занятие 31. Разучивание элементов цыганского танца.

Занятие 32. Тема «Путешествие по странам».

Май

Занятие 33. Подготовка к итоговому занятию.

Занятие 34. Подготовка к итоговому занятию.

Занятие 35. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Занятие 36. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

2.4. *Формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников*

- Родительские собрания на развитие танцевальных способностей с практическим показом.
- Вечера вопросов и ответов.
- Коллективные и индивидуальные консультации.
- Совместные с родителями праздники, именины детей, совместные посиделки.
- Помощь детскому саду (участие в подготовке праздников, пошив костюмов.)

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Описание материально – технического обеспечения образовательного процесса.

1. Технические средства обучения (звуковые)

- ✓ Музыкальный центр;
- ✓ Видеоаппаратура;
- ✓ Мультимедийная система;
- ✓ Пианино.

2. Учебно – наглядные пособия:

- ✓ Детские музыкальные инструменты.

3. Музыкальные игры:

- ✓ «Определи по ритму», «Тихо, громко», «Музыкальное лото», «Веселые ладошки»,

- «Ну – ка повторяйте», «Зайцы», «Три поросенка», «Волшебный цветок», «Мельница», «Цирковые лошадки», «Кукляндия», «Ленточки», «Снежинки», «Сладкий апельсин» и др.
4. Набор СД – дисков и флешнакопители с записями мелодий и видео.
 5. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр, монитор.
 6. Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.

3.2. Информационное обеспечение. Список литературы

1. Методическое пособие «Ступеньки музыкального развития» Е.Дубровской к программе «Из детства в отрочество» Т. Дороновой.
2. Пособие «Музыкально – двигательные упражнения в детском саду» Н.А. Ветлугиной.
3. Пособие «Музыка и движения» С.И. Бекиной.
4. Учебно – методического пособие «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы» Г. Колодницкого
5. Нотно-методическая литература.
 2. Учебники, методические пособия по всем разделам танцевальной деятельности:
 - а) Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
 - б) Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
 - в) Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
 - г) Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
 - д) Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
 - е) Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
 - ж) Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
 - з) Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «Каблучок»
на 2026 – 2027 учебный год

№ п/ п	Название раздела, темы	Возрастная категория обучающихся												Формы аттестации/ контроля
		3-4 года			4-5 лет			5-6 лет			6-7 лет			
		Количество часов												
		теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	
1.	Вводное	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	Диагностика
	Знакомство с двухчастной формой музыки	1	2	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	Текущий контроль
2.	Знакомство с танцем	-	-	-	1	2	3	1	-	1	1	2	3	Контрольное занятие
	Виды движений	1	6	7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	Текущий контроль
	Движения с предметами	-	-	-	-	4	4	-	-	-	-	-	-	Текущий контроль
	Основные танцевальные движения	-	5	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	Текущий контроль
	Элементы хоровода	-	-	-	1	5	6	-	-	-	-	-	-	Развлечение
3.	Музыкальная грамота	-	-	-	-	-	-	1	1	2	1	1	2	Контрольное занятие
4.	Элементы классического танца	-	-	-	-	-	-	1	2	3	1	2	3	Контрольное занятие
5.	Танцевальные игры (ритмопластика)	-	-	-	-	-	-	1	2	3	-	3	3	Развлечение
	Игровые и сказочные образы	-	4	4	1	5	6	-	-	-	-	-	-	Открытое занятие
6.	Рисунок танца	-	-	-	-	-	-	1	2	3	-	3	3	Контрольное занятие

7.	Народный танец	-	-	-	-	-	-	1	3	4	1	3	4	Контрольное занятие
8.	Бальный танец	-	-	-	-	-	-	1	2	3	1	2	3	Контрольное занятие
9.	Танцевальная мозаика (репетиционно-постановочная работа)	-	11	11	-	11	11	-	11	11	-	9	9	Итоговое занятие, показательные выступления
	ИТОГО	3	28	31	4	27	31	8	23	31	6	25	31	

Календарный учебный график
дополнительной общеразвивающей программы танцевального детского объединения «Каблучок»
на 2025 – 2026 учебный год

№ п/ п	Содержание	Возрастные группы			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1	Количество возрастных групп	1	1	1	1
2	Начало учебного года	01.09.2026 г.	01.09.2026 г.	01.09.2026 г.	01.09.2026 г.
3	Окончание учебного года	31.05.2027 г.	31.05.2027 г.	31.05.2027 г.	31.05.2027 г.
4	Сроки проведения мониторинга	сентябрь 2026 г. май 2027 г.	сентябрь 2026 г. май 2027 г.	сентябрь 2026 г. май 2027 г.	сентябрь 2026 г. май 2027 г.
5	Продолжительность учебного года, всего недель, в том числе по полугодиям:	36 недель	36 недель	36 недель	36 недель
	I полугодие	17 недель	17 недель	17 недель	17 недель
	II полугодие	19 недель	19 недель	19 недель	19 недель
6	Продолжительность учебной недели	5 дней	5 дней	5 дней	5 дней
7	Объем образовательной нагрузки в неделю (мин)	1 занятие – не более 15 минут	1 занятие – не более 20 минут	1 занятие – не более 25 минут	1 занятие – не более 30 минут

8	Праздничные (выходные) дни	04.11.2026 (Ср) - День народного единства 31.12.2026- 10.01.2027 – Новогодние каникулы 23.02.2027 (Вт) - День защитника Отечества 08.03.2027 (Пн) - Международный женский день	04.11.2026 (Ср) - День народного единства 31.12.2026- 10.01.2027 – Новогодние каникулы 23.02.2027 (Вт) - День защитника Отечества 08.03.2027 (Пн) - Международный женский день	04.11.2026 (Ср) - День народного единства 31.12.2026- 10.01.2027 – Новогодние каникулы 23.02.2027 (Вт) - День защитника Отечества 08.03.2027 (Пн) - Международный женский день	04.11.2026 (Ср) - День народного единства 31.12.2026- 10.01.2027 – Новогодние каникулы 23.02.2027 (Вт) - День защитника Отечества 08.03.2027 (Пн) - Международный женский день ь
---	----------------------------	--	--	---	--

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка

Координация, ловкость движений – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа. 1

балл - неверное выполнение движений.

Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.
3 балла - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.
2 балла - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.
1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации.

Гибкость тела – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к ковра. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.
3см и меньше – низкий уровень (1 балл). 4-7см – средний уровень (2 балла)
8-11см – высокий уровень (3 балла).

Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом.

Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

Упражнение «Кто из лесу вышел?» После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

Упражнение «Заведи мотор». Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

Упражнение «Страусы». Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков). 3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику).

2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

1 балл – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3). Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

Развитие чувства ритма. Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно используя короткие отрывочные высказывания.

Упражнения с ладошками. Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки. Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).

2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).

3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.

4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.

Первый уровень (высокий 15-18 баллов) предполагает высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний 10-14 баллов). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, выполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому 6-9 баллов) соответствуют следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.