**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Аксайского района детский сад №40 «Пчелка»**

Принято решением педсовета Утверждаю

протокол №1 Заведующий МБДОУ

от 31.08.2022 г №40 «Пчелка»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Истомина М.В.

 **Приказ №45-ОД от 31.08.2022 г**

 **«Азбука танца»**

Дополнительная образовательная программа по хореографии

для детей дошкольного возраста (4-7 лет)

**На 2022-2023учебный год**

Составила: музыкальный руководитель

МБДОУ № 40 «Пчелка»

Асланян Армине Эдиковна

п. Щепкин

**Содержание**

1. Пояснительная записка

2.Перспективное планирование кружковой деятельности

3.Список используемой литературы

 **Пояснительная записка.**

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляют все более высокие требования. Это связано с изменением нормативно-правовой базы: принятие Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273 и утверждение Федеральных государственных стандартов дошкольного образования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым соответственно возрасту. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно и комплексно.

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

Программа «Азбука танца» ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетический впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно и точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитывать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение, как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох так же необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей Родине.

В основу этой программы положен опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов-практиков: А. Я. Вагановой, Т. А. Устиновой, Т.С. Ткаченко и др.

**Цель – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников.**

**Задачи:**

***Обучающая*** – научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского бального танца, элементам музыкальной грамоты и основам актерского мастерства. Научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

***Развивающая*** – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;

***Воспитательная*** – воспитание эстетически-нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности и упорства в достижении поставленной цели, умение работать в паре и в коллективе.

**Содержание программы по разделам.**

1. **Вводное занятие.**  На данном занятии дети узнают, что такое танец, откуда идут его истоки, как овладевают этим искусством. О том, как зародился танец, виды танцев, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься в течении всего времени обучения.
2. **Партерная гимнастика.** Партерная гимнастика или партерный экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? Партерный экзерсис – это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, развить мышечную силу. Эти упражнения так же способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.
3. **Упражнения на ориентировку в пространстве.** Данный раздел позволит детям познакомиться с элементами перестроений и построений (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в музыкальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.
4. **Упражнения для разминки.**Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе.
5. **Народный танец.**в данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволит детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут развить в них более раскрепощенную личность.
6. **Классический танец.**Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям узнать возможности своего тела, научиться грамотно владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями. С каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.
7. **Бальный танец.**В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы, как: подскоки, par польки, вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в парах, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например, веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также, как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

В перспективном плане работы по хореографии, рассчитанном на три года, все эти разделы присутствуют частично практически на каждом занятии в большей или меньшей степени, в зависимости от тематики и направленности каждого занятия, без определения каждого раздела отдельно, в системе.

Кружок проводится с подгруппой детей (7-10 человек) или индивидуально. Тематическое планирование рассчитано на два занятия в неделю на протяжении учебного года, то есть 65 занятий в год, длительность одного занятия 25-30 минут (в зависимости от возраста детей).

**Перспективное планирование по хореографии.**

**(4-6 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Сроки** | **Программное содержание** | **Задачи** |
| **Октябрь****Занятия 1-2** | Знакомство с детьми. Что такое танец.Приветствие.Основные правила поведения в танцевальном зале. Постановка корпуса. Положение рук на талии, свободная позиция ног.Танцевальный шаг с носка. | - Формировать интерес к занятиям.- Формировать общую культуру личности ребенка;- формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног.- Обучить детей танцевальному шагу с носка. |
| **Октябрь****Занятия 3-4** | Разминка.Повторить занятия 1-2. Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»).Хлопки в такт музыки.Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами, туловищем и головой.Шаг с носка, на носках.Игровой самомассаж. Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме. | - разогреть мышцы.- формировать правильное исполнение танцевального шага.-  Формировать умение ориентироваться в пространстве.-научить перестраиваться из одного рисунка в другой |
| **Октябрь****Занятия 5-6** | Разминка.Ходьба сидя на стуле.Построение в шеренгу и колонну, передвижение в сцеплении за руки, построение в круг и передвижение по кругу.Полуприседы, подъемы на носки, полуприсед на одной ноге, другую – вперед на пятку.Музыкально-подвижная игра «Нитка-иголка». Играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Руководитель – водящий встает впереди: он «иголка», дети – «нитка». Куда иголка идет – туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, что-то обходит, где-то проползает, идет «змейкой» по кругу и т.д. Водящего можно менять. Игра выполняется под музыку и без нее.Поднимание рук – на вдохе. Свободной опускание рук -  на выдохе.Речитатив:Носом -  вдох,А выдох – ртом.Дышим глубже,А потом –Марш на месте,Не спеша,Коль погода хороша! | - разогреть мышцы.- научить перестраиваться из одного рисунка в другой- научить передавать заданный образ |
| **Октябрь****Занятия 7-8** | Ходьба сидя на стуле. Хлопки в такт музыки.Построение в шеренгу («солдатики»), в круг. Передвижение по кругу в различных направлениях. Бег врассыпную.Стойка руки на пояс и за спину.Пружинные полуприседы.Танец сидя. Веселый танец-игра исполняется под музыку любой польки.Описание танцаА. 1-2 – хлопки ладошками по коленям.     3-4 – хлопки в ладоши перед собой.     5-6 – «ножницы» (скрестные движения руками) справа.     7-8 – «ножницы» слева.Б. 1-2 – «погремушки» (имитация игры на погремушках) справа.     3-4 – «погремушки» слева.     5-6 – «Зайчики» (разгибание двух пальцев – «Ущки» - на правой руке, поднятой над головой).     7-8 – «зайчики» левой рукой.В. 1-2 – «пианино» (имитация игры на пианино) справа.     3-4 – «пианино» слева.     5-6 – поклоны головой вправо.     7-8 – поклоны головой влево.Г.  1-2 – топнули правой ногой.      3-4 – топнули левой ногой.      5-6 все встают.      7-8 – все садятся.Затем танец повторяется сначала.Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя. | - Обучить детей танцевальным движениям.- познакомить детей со штрихами музыки (staccato (оторванный), legato (связанный)) отражение их движениями: хлопками, шагами, бегом, плавными и резкими движениями головы. |
| **Ноябрь****Занятия 1-2** | Разминка.Ходьба сидя на стуле. Хлопки в такт музыки.Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги несколько.Упражнения с погремушками, хлопками.Танец «Кузнечик». («Песня о кузнечике» на муз. В.Шаинского).Описание танцаА.1-2 – два пружинистых полуприседа с двумя ударами руками по коленям.3-4 – два пружинистых полуприседа и два хлопка в ладоши перед собой.5-8 – повторить счет 1-4.Б.1-2 – два пружинистых полуприседа со скрестными движениями руками справа («ножницы»).3-4 – повторить счет 1-2 в другую сторону.5-6 – два пружинистых полуприседа с двумя ударами кулак о кулак справа («молоточки»).7-8 – повторить счет 5-6 в другую сторону.Припев. «Представьте себе…»А.1-2 – прыжком-стойка ноги врозь, руки в стороны – книзу ладонями вперед.3-4 – прыжком – стойка ноги вместе, руки на пояс.5-8 – четыре подскока на месте с поворотом на 360 вправо.Б. – повторить движение части А.Упражнение на укрепление осанки, стоя спиной к опоре. | - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.-  Формировать умение ориентироваться в пространстве.- научить перестраиваться из одного рисунка в другой- Учить правильной осанке при исполнении движений.- Обучить детей танцевальным движениям. |
| **Ноябрь****Занятия 3-4** | Разминка.Построение в шеренгу, круг.Приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком.Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта (счет 1 и 3 при музыкальном размере 4/4) ударом ногой или хлопком, сидя на стуле.Упражнения с погремушками или хлопками.Танец «Кузнечик».Упражнение на укрепление осанки, стоя спиной к опоре. | - совершенствовать исполнение выученных движений.- познакомить детей с темпами музыки (медленный, умеренный, быстрый)- Формировать умение слушать музыку.- Развить чувство ритма. |
| **Ноябрь****Занятия 5-6** | Разминка.Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом.Приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком.Полуприседы, подъемы на носки. Свободные, плавные движения руками.Упражнения с погремушками или хлопками «У оленя дом большой» (французская народная песня «Большой олень»; И. Мазнин, А. Фомин) Построение лицом в круг, предмет в руках.Первый куплет.А. 1-8 – восемь акцентированных шагов вперед к центру с ударами погремушек.Б. 1-8 – повторить движения части А, шаги назад.Припев:А. 1-2- два удара погремушками(«Тук-тук»).3-4 – три удара погремушками.5-8 – повторить счет 1-4.Б. 1-4 – повторить движение части А, счет 1-4.5-8 – полуприсед, правую руку разогнуть вперед, левую за спину («Лапу подает»).Проигрыш. Повторить упражнения первого куплета, но шаги – вправо по кругу и в конце – поворот лицом в круг.Припев. Повторить упражнения припева, но вместо трех ударов в погремушки – три удара погремушками о колени.Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета.Припев. Повторить упражнения припева.Проигрыш. Повторить упражнения первого куплета, но шаги влево по кругу и в конце – поворот лицом в круг.Припев. Повторить упражнения припева с ударами погремушками о колени. При повторном припеве уйти по кругу к своему стулу.Имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», столбик»). | - формировать умение ориентироваться в пространстве- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.-научить перестраиваться из одного рисунка в другой.- научить передавать заданный образ |
| **Ноябрь****Занятия 7-8** | Разминка.Музыкально-подвижная игра «Быстро по местам!» (для закрепления строевых действий).Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта (счет 1 или 3 при музыкальном размере 4/4; счет 1 при музыкальном размере 2/4).Упражнения с погремушками или хлопками «У оленя дом большой» (французская народная песня «Большой олень»; И. Мазнин, А. Фомин) Построение лицом в круг, предмет в руках.Имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», столбик»). | - Развить чувство ритма.- Развивать координацию движений.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.- совершенствовать исполнение выученных движений. |
| **Ноябрь****Занятие 9** | Разминка.Музыкально-подвижная игра «Быстро по местам!» (для закрепления строевых действий).Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта (счет 1 или 3 при музыкальном размере 4/4; счет 1 при музыкальном размере 2/4).Повторить занятия 7-8Имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», столбик»). | - Развить чувство ритма.- Развивать координацию движений.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.- совершенствовать исполнение выученных движений. |
| **Декабрь****Занятия 1-2** | Разминка.Построение в круг.Танцевальные шаги:И.П. – передвижение по кругу в сцеплении за руки.А. 1-8 – восемь шагов с носка по кругу вправо.Б. 1-8 -  с поворотом налево четыре приставных шага вправо.В. 1-4 – полуприсед на правой ноге, левую вперед на пятку.     5-8 – четыре хлопка в ладоши.Г. – повторить движение части В с другой ноги.Всю композицию повторить в другую сторону.Музыкально-подвижная игра по ритмике «Эхо». Педагог показывает движения детям, дети повторяют:Четыре хлопка на каждый чет;Один хлопок на два счета и еще один хлопок на два;Четыре хлопка на каждый счет;Один хлопок, и держать ладони вместе на четыре.Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего». | - Развить музыкальный слух и чувства ритма.- научить импровизировать.- развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта |
| **Декабрь****Занятия 3-4** | Разминка.Построение врассыпную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под музыку польки все прыгают.Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта (счет 1 или 3 при музыкальном размере 4/4).Танец «Кузнечик».Танцевальная разминка.Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего». | - Развить музыкальный слух и чувства ритма-  Формировать умение ориентироваться в пространстве.- Учить правильной осанке при исполнении  движений. |
| **Декабрь****Занятия 5-6** | Разминка.Построение в круг.Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет.Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком.Ритмический танец «Галоп шестерками» на приставном шаге. (Муз. «Йоксу полька»). Построение в круг.Описание танца1-я фигура.А – Б. 1-16 – шестнадцать шагов по кругу вправо.В – Г. 1-16 – восемь приставных шагов в том же направлении.Д – З. 1-32 – повторить движения частей А – Г в другую сторону, закончить лицом в круг.2-я фигура.А. 1-4 – два подскока на месте.5-8 – четыре хлопка в ладоши.Б. – повторить движение части А.В. 1-4 – два удара правой ногой о поле.5-8 – четыре хлопка в ладоши.Г. – повторить движения части В, с левой ноги.Д – З. – повторить движения частей А – Д.Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели». | -Развить музыкальный слух и чувства ритма.-Обучить детей танцевальным движениям.- Развивать координацию движений.-научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.-научить «чувствовать» пару. |
| **Декабрь****Занятия 7-8** | Разминка.Хлопки в ладоши -  простые и ритмические. Положение рук перед собой, вверху, внизу справа, слева, на уровне головы.«Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4 темп умеренный. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт.«шаг, приставить, шаг, каблук». Повороты вправо, влево.Ритмический танец «Галоп шестерками».Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели». | -Развить музыкальный слух и чувства ритма.-формировать правильное исполнение танцевальных шагов.-научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз |
| **Декабрь****Занятие 9** | Разминка.Хлопки в ладоши -  простые и ритмические. Положение рук перед собой, вверху, внизу справа, слева, на уровне головы.«Пружинка» - легкое приседание.Ритмический танец «Галоп шестерками».Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели». | -Развить музыкальный слух и чувства ритма.-формировать правильное исполнение танцевальных шагов.-научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз |
| **Январь****Занятия 1-2** | Разминка.Построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении.Различие динамики звука «громко – тихо». Под громкую музыку – ходьба, акцентируя шаг, под тихую музыку – ходьба в полуприседе – крадучись. Выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта – основного движения (наклона, приседа и т.д.).Ритмический танец «Танец утят» (французская народная песня).И.П. – стойка руки согнуты в стороны, ладонями вперед, лицом в круг.А. 1-4 – четыре раза согнуть пальцы в кулачок («клювики»).5-8 – четыре раза поднять и опустить локти вниз («крылышки»).Б. 1-4 – приседая и вставая, четыре раза колени вправо – влево («хвостики»).5-8 – четыре хлопка перед собой.В – Г – повторить движения частей А – Б.Припев.А. 1-8 – восемь подскоков по кругу, держась за руки.Б. – повторить движения части А.В – Г – повторить движения частей А – Б в другую сторону.Имитационно-образные упражнения на дыхание:«насос»:1-4 – на вдохе через нос руки поднять до уровня груди, ладонями вниз;5-8 – на выдохе через рот руки вниз, ладонями вниз.Повторить 3-4 раза. | - Обучить детей танцевальным движениям.- познакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).- научить перестраиваться из одного рисунка в другой. |
| **Январь****Занятия 3-4** | Разминка.Маршировка (шаг с носка, 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).Ритмический танец «Танец утят».Имитационно-образные упражнения на дыхание:«насос»:1-4 – на вдохе через нос руки поднять до уровня груди, ладонями вниз;5-8 – на выдохе через рот руки вниз, ладонями вниз.Повторить 3-4 раза. | - Разогреть мышцы.- Учить правильной осанке при исполнении движений.- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.- Развивать координацию движений |
| **Январь****Занятия 5-6** | Разминка.Маршировка (шаг с носка, 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).Упражнение «Хоровод» (песня «От улыбки» В. Шаинский, М. Пляцковский).Описание танцаВступление.И.П. – стоя по кругу, держась за руки.Первый куплет.А. 1-8 – восемь шагов вправо по кругу.Б. 1-8 – восемь шагов по кругу на носках.В. – повторить движения части А в другую сторону.Г. – повторить движения части Б в другую сторону.Припев.А. 1-4 – четыре шага вперед, поднимая руки вверх.5-8 – четыре шага назад – руки вниз.Б. 1-8 – «…И кузнечик запиликает на скрипке…» - изображают игру на скрипке.В. 1-8 – восемь махов рукми в сцеплении вперед – назад.Г. 1-8 – рук вверх в сцеплении (изображают дружбу), посмотреть друг на друга.Д. – повторить движения части В.Е. – повторить движения части Г.Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета.Припев. Повторить упражнения припева.Третий куплет. Повторить упражнения первого куплета.Припев. Повторить упражнения припева.Специальные упражнения на развития силы мышц. Морские фигуры:«морская звезда» - лежа на животе, прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь;«морской конек» - сед на пятках, руки за голову;«краб» - передвижение в упоре стоя согнувшись, ноги согнуты врозь;«дельфин» - лежа на животе, прогнувшись, руки вверх и в «замок». | -формировать правильное исполнение танцевальных шагов.- научить передавать заданный образ.- формировать умение вытягивать, сокращать стопу. |
| **Январь****Занятие 7** | Разминка.Построение в шеренгу и колонну по распоряжению. Перестроение из одной шеренги в несколько по команде.«У оленя дом большой» уроки 17-18«Хоровод» уроки 31-32.Специальные упражнения на развития силы мышц. Морские фигуры:«морская звезда» - лежа на животе, прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь;«морской конек» - сед на пятках, руки за голову;«краб» - передвижение в упоре стоя согнувшись, ноги согнуты врозь;«дельфин» - лежа на животе, прогнувшись, руки вверх и в «замок». | -формировать правильное исполнение танцевальных шагов.- научить передавать заданный образ |
| **Февраль****Занятия 1-2** | Разминка.Построение врассыпную.Ритмические хлопки в ладоши. Тройные притопы. «Пружинка» с наклонами в головы. Движение «Баю-бай», приставные шаги с приседанием. «Танцевальная - ритмическая гимнастика «Чебурашка» (песня «Чебурашка», В. Шаинский, Э. Успенский).Описание танцаВступление.1-8 – И.П. – основная стойка.1-4 – основная стойка.Первый куплет.А. 1-4 – подняться на носки, руки дугами наружу в стороны – кверху.5-8 – опуститься на всю стопу в круглый полуприсед, руки дугами наружу расслабленно вниз.Б. – повторить движения части А.В. «Теперь я Чебурашка…»1-2 – полуприсед с поворотом туловища налево, руки согнуть вперед, большой палец к ушам, остальные пальцы вместе, ладонями вперед («уши Чебурашки»).3-4 – с поворотом И.П. встать, руки вниз.5-6 – полуприсед с поворотом туловища направо, руки согнуть вперед, кисти вниз («дворняжка»).7-8 – с поворотом в И.П. встать, руки вниз.Г. 1-8 – в стойке ноги врозь поворот переступанием на пятках налево на 360 градусов – с наклоном туловища в сторону на каждый шаг, руки согнуть в стороны, пальцы в стороны.Д. – повторить движения части В.Е. – повторить движения части Г, только поворот переступанием выполнить в другую сторону и остаться в стойке ноги врозь.Второй куплет.А. 1-2 – в стойке ноги врозь поворот туловища налево, руки внизу расслаблены.3-4 – поворот туловища направо, руки расслаблены.5-8 – повторить счет 1-4.Б. 1-4 – медленно упор присев.5-8 – скольжением ног назад лечь на живот, правая согнутая рука на левой, подбородок на предплечье.В. 1-2 – согнуть правую ногу назад.3-4 – поменять И.П. ног.5-8 – повторить счет 1-4.Г. 1-4 – повторить движения части В, счет 1-4.5-6 – поменять И.П. ног.7-8 – разогнуть правую ногу.Д. 1-2 – разогнуть руки в упор лежа прогнувшись.3-4 – толчком ног упор присев.5-8 – медленно встать в основную стойку.Третий куплет. Повторить упражнения первого куплета, в конце принять основную стойку.Специальные упражнения на развития гибкости – морские фигуры:«улитка» - упор лежа на спине, касание ногами за головой;«морской лев» - упор сидя между пятками, колени врозь;«уж» - сед с предельно разведенными врозь ногами, руки на пояс;«морской червяк» - упор стоя согнувшись. | - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.- Развить чувство ритма.- Обучить детей танцевальным движениям. |
| **Февраль****Занятия 3-4** | Разминка.Ритмические хлопки в ладоши. Тройные притопы. «Пружинка» с наклонами в головы. Движение «Баю-бай», приставные шаги с приседанием.Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо»Танцующие стоят в кругу, взявшись за руки. Ребята поют песенку и выполняют те движения, о которых поют:Мы пойдем сначала вправо: раз, два, три!А потом пойдем налево: раз, два, три!А потом все соберемся: раз, два, три! (идут в круг).А потом все разойдемся: раз, два, три! (идут из круга).А потом мы все присядем: раз, два, три! (приседают)А потом все дружно встанем: раз, два, три! (встают)А потом мы все станцуем: раз, два, три!А потом еще станцуем: раз, два. Три! (выполняют произвольные движения)«Танцевальная - ритмическая гимнастика «Чебурашка». Специальные упражнения на развития гибкости – морские фигуры:«улитка» - упор лежа на спине, касание ногами за головой;«морской лев» - упор сидя между пятками, колени врозь;«уж» - сед с предельно разведенными врозь ногами, руки на пояс;«морской червяк» - упор стоя согнувшись. | - научить импровизировать.- формировать правильную осанку.- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. |
| **Февраль****Занятия 5-6** | Разминка.Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы, Хлопки, притопы в паре, кружение в паре. Выпады.Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо» «Танцевальная - ритмическая гимнастика «Чебурашка».Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме («Ладошки-мочалки», «Смываем водичкой руки, ноги»). | - Развить чувство ритма.- Развить чувство ритма.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. |
| **Февраль****Занятие 7** | Разминка.Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы, Хлопки, притопы в паре, кружение в паре. Выпады.Ритмический танец «Танец утят»Музыкально – подвижная игра «Совушка»Выбирается водящий – совушка. Ее гнездо находится в стороне от площадки. Играющие стоят на площадке. Совушка сидит в гнезде.По сигналу руководителя –«День наступает – все оживает» - дети ходят бегают, подражают полету бабочек, птиц, жуков. По сигналу: «Ночь наступает – все замирает» играющие замирают, останавливаясь в той позе, в которой их застал сигнал. Совушка выходит охотиться и шевельнувшихся уводит в гнездо. Играющие опять оживают. Совушка меняется через две-три игры. Игра проводится под музыку: «день…» - музыка звучит громко, «ночь…» - музыка звучит тихо.Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме («Ладошки-мочалки», «Смываем водичкой руки, ноги»). | - Развить чувство ритма.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.- продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано). |
| **Март****Занятия 1-2** | Разминка.Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы.Маршировка (шаг с носка, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна, полукруг.)Музыкально-подвижная игра «Найди предмет».Построение в круг. У кого-то из детей спрятан предмет. Водящий под музыку обходит детей и ищет предмет. По мере приближения к предмету музыка звучит громче, и наоборот. Выигрывает ребенок, который лучше ориентируется в динамике звука «громко – тихо» и быстрее найдет предмет.Ритмический танец полька «Старый жук» (музыка из кинофильма «Золушка»).И.П. – лицом в круг, стойка руки на пояс.А. 1 – правую ногу вперед на носок.2 – притоп правой ноги.3 – левую ногу вперед на носок.4 – притоп левой ногой.5-8 – повторить счет 1-4.Б. 1-3 – три шага вперед.4 – приставить ногу.5-7 – три хлопка в ладоши.8 – руки на пояс.В. - повторить движения части А.Г. – повторить движения части Б, но шаги назад.Потряхивание кистями рук. Сед руки за спину. Расслабление рук с выдохом. | - развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта.- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.- продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано). |
| **Март****Занятия 3-4** | Разминка.Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы.Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные.Ритмический танец полька «Старый жук» (музыка из кинофильма «Золушка»).Музыкально-подвижная игра «Найди предмет».Потряхивание кистями рук. Сед руки за спину. Расслабление рук с выдохом. | - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.- продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано). |
| **Март****Занятия 5-6** | Разминка.Построение в две шеренги напротив друг друга по распоряжению.Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные.Музыкально-подвижная игра «Эхо».В положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз. | - научить перестраиваться из одного рисунка в другой- Развивать координацию движений.- Развить чувство ритма. |
| **Март****Занятия 7-8** | Разминка.Построение в две шеренги напротив друг друга по распоряжению.Ходы – простой с носка, «елочка», шаркающий шаг. Исполнение движений с одновременной работой рук.Музыкально подвижная игра «Отгадай, чей голосок?».В положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз. | - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.- развить внимание, быстроту реакции |
| **Март****Занятие 9**Сюжетное занятие«В гости к Чебуращке» | Ход урокаДети входят в зал под песню «В мире много сказок» (В. Шаинскоий, Ю. Энтин). Педагог встречает их со словами «Сегодня мы с отправляемся путешествовать в мир сказки, в гости к Чебурашке. Жители государства сказочного, волшебного и загадочного, веселого, говорливого, забавного и счастливого приветствуют дружно нас и в гости ждут сейчас!»«Сказочный лес» - дети идут в обход по залу, выполняя различные движения: проходят речку (ходьба по скамейке), болото (прыжки), пещеру (переползания)», «переплывают озеро» (имитация движений руками.2. «Сказочная зарядка». Для того чтобы набраться сил, дети выполняют комплекс зарядки.Упражнение «Перестроение»:Слушай сказочный народ,Собираемся на сход.Поскорее в строй(круг) вставайтеИ зарядку начинайте!Упражнение «Потягивание»:Потягушка, потянись!Поскорей, скорей проснись!День настал давным-давно,Он стучит в твое окно.Упражнение «Наклоны»:Буратино потянулся,Раз прогнулся, два нагнулся,Зашагал и по порядкуНачал делать он зарядку.Упражнение «Царя Гороха», или упражнение для мышц шеи и туловища:Давным-давно жил царь ГорохИ делал каждый день зарядку.Он головой крутил - вертелИ танцевал вприсядку.Плечами уши доставалИ сильно прогибался,Он руки к небу поднимал,За солнышко хватался.Упражнение «Дровосек»:Чтобы лучше мне шагать,Сделаю зарядку:Помахаю топоромЯ для вас, ребятки,Ноги в сторону поставлю,Вниз и вверх махну руками.Упражнение «Выпады»:Иван – Царевич, вот герой!Смело он вступает в бой,Волшебным он взмахнет мечом,И змей – Горыныч нипочем.Сделал выпад раз и два –Отлетела голова.Еще выпад три – четыре –Отлетели остальные.Упражнение «Прыжки»:Вот лягушка на дорожке –У нее озябли ножки.Чтобы ей помочь быстрей,Мы попрыгаем за ней.Будем вместе с ней играть,Чтобы ей царевной стать.Упражнение «Потопаем»:Шел король по лесу, по лесу,Нашел себе принцессу, принцессу.Давай с тобой попрыгаем, попрыгаем,Еще разок попрыгаем, попрыгаемИ ручками похлопаем, похлопаем,И ножками потопаем, потопаем.3.Танец «Мы пойдем сначала вправо». Дети отправляются в путь.4. Звучит песня Бабы – Яги (на слова В.Александрова – кассета «Песни лукоморья»). Педагог читает письмо от Бабы-Яги, в котором говорится, что она превратила всех детей в Ежиков.Игра «Совушка»5. Расколдовать детей поможет сказочный герой Чебурашка.Мы станцуем и споем,А потом домой пойдем.Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка».6. Ходьба с песней. Подведение итогов занятия. Организованный выход из зала. | -совершенствовать выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка».-закрепить выполнение группировки в положении лежа-содействовать развитию танцевальности, координации движений |
| **Апрель****Занятия 1-2** | Разминка.Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в круг.Хлопки на каждый счет и через счет.Выполнение ОРУ под музыку с притопом под сильную долю такта.И.П. – стойка, руки на пояс.1-2 – наклон вперед.3-4 – выпрямиться.5 – притоп.6-8 – пауза.Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую». Данное упражнение – импровизация для детей. Необходимо создать определенные условия для выполнения свободных движений по желанию и возможности детей. При необходимости музыкальное произведение можно заменить другим. (Песня «Девочка на шаре», песня «Я танцую», В. Дашкевич, Ю. Михайлов).В положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз. | - развить внимание, быстроту реакции.- развить внимание, быстроту реакции.- Формировать навык «легкого шага |
| **Апрель****Занятия 3-4** | Разминка.Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие шаги на месте, хлопки в разных ритмических рисунках.Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую».Расслабление рук и потряхивание кистями. | - развивать воображение, фантазию.- развить артистизм. |
| **Апрель****Занятия 5-6** | Разминка.Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие шаги на месте, хлопки в разных ритмических рисунках.Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую»Музыкально-подвижная игра «Эхо».Сидя поглаживание рук, ног с расслаблением в конце в образно-игровой форме. | - развивать воображение, фантазию.- развивать творческие способности детей. |
| **Апрель****Занятия 7-8** | Разминка.Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в круг.Хлопки на каждый счет и через счет.Шаг на каждый счет и через счет.– шаг вперед с левой;– держать;– шаг вперед с правой;– держать.Танец «Матушка-Россия» (поет Т. Буланова, аудиокассета «Мое русское сердце).Описание танцаВступление.И.П – стойка руки в стороны – книзу, кист на себя.А. 1-4 – четыре пружинистых шага вперед.5-6 – два пружинистых полуприседа с поворотом туловища направо и двумя движениями согнутыми руками вниз.7-8 – повторить счет 5-5 в другую сторону.Б. – повторить движения части А.Первый куплет.А. 1-3 – три шага вперед, постепенно раскрывая руки в стороны.4 – приставить с кацентом ногу, руки в стороны.5-7 – три шага назад, руки через вторую позицию на пояс («закрыть»).8 – с акцентом приставить ногу.Б. – повторить движения части А счет 1-7, счет 8 – руки перед собой.В. 1-2 – приставной шаг вправо.3 – шаг право.4 – левую на пятку в сторону с наклоном туловища влево.5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону, приставные шаги.Г. – повторить движения части В.Припев.А. 1 – правую ногу вперед на пятку, руки на пояс.2 – приставить правую ногу с акцентом.3-4 – «тройной притоп» (или три беговых шага на месте с высоким подниманием бедра).5-6 – три раза (5-и-6) опустить и поднять плечи, руки в стороны – книзу, кисть на себя.7-8 – повторить счет 5-6.Б. – повторить движения части А с другой ноги.В. 1-2 – на шаг правую ногу в сторону, правую руку в сторону – кверху.3-4 – приставить левую ногу, правую руку согнуть к левому плечу, локоть вперед.5-8 – «Русский поклон» вперед.Г. – повторить движения части в другую сторону.Проигрыш. Повторить вступление, стоя на месте.Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета.Припев. Повторить упражнения припева.Припев. Два раза выполнить упражнения куплета.Проигрыш. Повторить упражнения вступления, выполняя шаги вперед, затем тоже назад – 2 раза.Припев. Два раза повторить упражнения припева.Проигрыш. Повторить упражнения вступления на месте и тоже с уходом назад.Сидя поглаживание рук, ног с расслаблением в конце в образно-игровой форме. | - Развить чувство ритма.- Обучить детей танцевальным движениям.- Учить правильной осанке при исполнении движений.- Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной  фразы. |
| **Май****Занятия 1-2** | Разминка.Передвижение в обход шагом и бегом. Бег по кругу и ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога с использованием речетатива:Светофор горит всегда!Красный свет – идти нельзя!Желтый свет – идти готов!Свет зеленый – я иду и до линии дойду! (Через одного идут до линии.)Хлопки на каждый счет и через счет.Шаг на каждый счет и через счет.Танец «Матушка-Россия».Раскачивание руками из различных исходных положениях. | - Продолжить обучать детей танцевальным движениям.- Учить правильной осанке при исполнении движений.- Развивать координацию движений.- Учить строить рисунки танца.-формировать умение ориентироваться в пространстве |
| **Май****Занятия 3-4** | Разминка.Маршировка (шаг с носка, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, галоп подскоки. Перестроения – две шеренги, «шторки», круг, змейка.)Танец «Матушка-Россия».Имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа. На четыре счета - вдох, на четыре счета -выдох.Речитатив:Руки к солнцу поднимаюИ вздыхаю, и вздыхаю.Опускаю руки вниз,Выдох – паровоза свист.На четыре – вдох глубокий,На четыре – выдох.Раз, два, три, четыре,Раз, два, три, четыре. | -Продолжить обучать детей танцевальным движениям.- Учить правильной осанке при исполнении  движений |
| **Май****Занятия 5-6** | Разминка.Повторение пройденного материала.Имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа. На четыре счета - вдох, на четыре счета -выдох.Речитатив:Руки к солнцу поднимаюИ вздыхаю, и вздыхаю.Опускаю руки вниз,Выдох – паровоза свист.На четыре – вдох глубокий,На четыре – выдох.Раз, два, три, четыре,Раз, два, три, четыре. | - развивать воображение, фантазию.- развить артистизм. |
| **Май****Занятия 7-8** | Отчетный концерт танцевального кружка. |  |

**Содержание программы. Второй год обучения (6-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Программное содержание | Задачи |
| **Октябрь****Занятия 1-2** | РазминкаПостроение в шеренгу и колонну.Повороты направо, налево по распоряжению.Ходьба на каждый счет и через счет. Построение по ориентирам.Бальный танец «Конькобежцы». Музыка любой польки.Вступление.1-4 – наклон мальчика.5-8 – реверанс девочки.И.П. – стоя в парах по кругу по линии танца, мальчик слева, девочка справа, руки впереди скрестно в сцеплении.А. 1-2 – переменный – скользящий шаг вперед с правой ноги.3-4 – повторить счет 1-2 с левой ноги.5-8 – четыре шага вперед с правой ноги.Б. повторить движения части, а в конце на счет 8 приставить левую ногу с поворотом лица друг к другу (боком по линии танца).В. 1-2 – переменный скользящий шаг вправо с правой ноги.3-4 – повторить счет 1-2 влево.5-8 – четыре шага по кругу, смене мест, правые руки в сцеплении вверху (3-я позиция рук).Г. Повторить движения части В, в конце принять И.П. для начала танца.Специальные упражнения для развития мышечной силы в образных двигательных действиях и заданиях.Чтоб красиво нам ходить,Надо мышцы укрепить,Живот и спинку подкачаем,Осанку гордую поставим. | - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.-  Формировать умение ориентироваться в пространстве.- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.- Научить правильно исполнять движения. |
| **Октябрь****Занятия 3-4** | Разминка.Ходьба на каждый счет и через счет.Шаг галопа вперед и в сторону.Бальный танец «Конькобежцы».Специальные упражнения для развития мышечной силы в образных двигательных действиях и заданиях.Чтоб красиво нам ходить,Надо мышцы укрепить,Живот и спинку подкачаем,Осанку гордую поставим. | -развить чувство ритма.- Научить правильно исполнять движения.- научить передавать заданный образ. |
| **Октябрь****Занятия 5-6** | Разминка.Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по распоряжению.Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта.Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком.Ритмический танец «Полька» (музыка «Йоксу – полька»).И.П. – стойка лицом в круг в сцеплении за руки.А. 1 – правую ногу вперед на носок.2 – притоп правой ногой.3-4 – повторить счет 1-2 с левой ноги.5-8 – повторить счет 1-4.Б. 1-4 – четыре шага галопа вправо.5-8 – четыре прыжка на месте.В. – повторить движения части А.Г. – повторить движения части Б, выполняя шаги галопа влево.Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. | - Обучить детей танцевальным движениям.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.- Развить чувство ритма. |
| **Октябрь****Занятия 7-8** | Разминка.Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по распоряжению.Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта.Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком.Ритмический танец «Полька».Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. | - Обучить детей танцевальным движениям.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.- Развить чувство ритма. |
| **Ноябрь****Занятие 1-2** | Разминка.Построение в шеренгу. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам.Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта.Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком.Ритмический танец «В ритме польки» (музыка любой польки).И.П. – по кругу лицом по линии танца (левым боком к центру), руки на пояс.А. 1 – правую ногу вперед на носок.2 – притоп правой ногой.3-4 – повторить счет 1-2 с левой ноги.5-8 – повторить счет 1-4.Б. 1-8 – четыре шага польки вперед с правой ноги, по линии танца.В. 1-6 – с поворотом налево (лицом в круг) шесть шагов галопа вправо.7-8 – широкий приставной шаг вправо.Г. 1-4 – четыре шага с подскоком на месте, с хлопками на каждый шаг, правая рука вверх, левая рука вниз, и наоборот.5-6 – приставить ногу, два хлопка в ладоши.7-8 – полуприсед, два хлопка о колени.С поворотом налево (правым боком к центру) танец повторяется с другой ноги в другую сторону.Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.И.П. – стойка ноги врозь.1-2 – наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу («насос») – вдох.3-4 – И.П. – выдох.5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону.Речитатив:Это очень просто:Покачай насос ты,Налево - направо, руками скользя,Назад и вперед – наклониться нельзя.Вжик – вжик! Вжик – вжик! | - Учить правильной осанке при исполнении движений.- Научить правильно исполнять движения.- научить передавать заданный образ. |
| **Ноябрь****Занятие 3-4** | Разминка.Построение в шеренгу. Поворот по распоряжению в колонну. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам.Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта.Танцевальные позиции рук: на пояс и перед грудью. Перевод рук из одной позиции в другую.Ритмический танец «В ритме польки».Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.И.П. – стойка ноги врозь.1-2 – наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу («насос») – вдох.3-4 – И.П. – выдох.5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону.Речитатив:Это очень просто:Покачай насос ты,Налево - направо, руками скользя,Назад и вперед – наклониться нельзя.Вжик – вжик! Вжик – вжик! | - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.-Развить чувство ритма.- научить передавать заданный образ. |
| **Ноябрь****Занятие 5-6** | Разминка.Построение в шеренгу.Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот.Танцевальные позиции рук: на пояс и перед грудью. Перевод рук из одной позиции в другую.Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения. Выразить характер музыкального произведения в движениях. (Веселый характер – прыжки, танец; грустный характер – ходьба, опустив голову; героический характер – ходьба строевая, руки вверху наружу и т.д.).Свободное раскачивание руками при поворотах туловища.Речитатив:Шалтай – БолтайСидит на стене,Шалтай – БолтайСвалился во сне. | - научить передавать заданный образ.-научить слушать музыку, ее характер, темп.-Развить чувство ритма |
| **Ноябрь****Занятие 7-8** | Разминка.Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот.Ритмический танец «Модный рок» (музыка – любая современная – диско):А. «Приставные шаги»1-4 – два приставных шага: мальчик - влево, девочка – вправо.5-8 – два приставных шага в другую сторону.Б. «Поворот»Мальчики повторяют движения част А, левой рукой помогают выполнить поворот девочке. Девочки –1-4 – выполняют поворот на шагах вправо на 360 градусов под правой рукой.5-8 – то же, поворот в другую сторону.«В. Кик»И.П. – закрытая позиция.1 – «кик» (согнуть и разогнуть ногу) левой скрестно.2 – приставить ногу.3 – «кик2правой скрестно.4 – приставить правую.5-8 – повторить счет 1-4.Г. «Расхождение»И.П. – закрытая позиция.1 – по диагонали шаг правой назад (друг от друга расходятся).2 – шаг левой скрестно впереди.3 – шаг правой по диагонали назад с поворотом направо.4 – «кик» левой с хлопком рук справа.5 – шаг левой в сторону (сходятся друг другу).6 – шаг правой скрестно впереди.7 – шаг левой.8 – приставить правую и стать в И.П.Свободное раскачивание руками при поворотах туловища.Речитатив:Шалтай – БолтайСидит на стене,Шалтай – БолтайСвалился во сне. | -развить умение «держать» интервалы;- формировать правильную осанку.- формировать правильное исполнение танцевальных шагов |
| **Декабрь****Занятия 1-2** | Разминка.Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам.Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот.Пружинистые движения ногами на полу-приседе. Русский переменный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг «припадание».Ритмический танец «Макарена» (на одноименную музыку).И.П. – узкая стойка ноги врозь, руки на пояс.А. 1-2 – правую руку вперед.3-4 – левую руку вперед.5-6 – правую руку вперед ладонью кверху.7-8 – левую руку вперед ладонью кверху.Б. 1-2 – правую руку на левое плечо.3-4 – левую руку на правое плечо.5-6 – правую руку за голову.7-8 – левую руку за голову.В. 1-2 – правую руку на левое бедро.3-4 – левую руку на правое бедро5-6 – правую руку в упор за спину (ладонь упирается в спину).7-8 – левую руку в упор за спину.Г. 1-4 – два раза покачивание бедрами вправо – влево.5-6 – круговое движение тазом (или два хлопка перед собой).7-8 – прыжок с поворотом направо, в И.П.Все движения частей А, Б и В можно делать на пружинистых движениях ногами, поочередно сгибая то правую, то левую ногу. Танцевальные движения можно выполнять в быстром темпе, на каждый счет.Потряхивание ногами в положении лежа. | - Научить правильно исполнять движения.- научить передавать заданный образ. |
| **Декабрь****Занятия 3-4** | Разминка.Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам.Комбинации из изученных танцевальных шагов.И.П. – круг в сцеплении за руки.А.1-4 – два русских попеременных шага с правой ноги по линии танца.5-8 – четыре шага с притопом с правой по линии танца.Б. 1-4 – с поворотом налево четыре шага с носка с правой ноги к центру круга, руки вниз.5-8 – четыре шага назад с правой ноги, руки вверх и в И.П. для выполнения танцевальной композиции в другую сторону.Ритмический танец «Макарена».Потряхивание ногами в положении лежа. | -Обучить детей танцевальным движениям русского танца.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. |
| **Декабрь****Занятия 5-6** | Разминка.Выполнение ходьбы по кругу на каждый счет и через счет.Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету (например, «красный», «синий», «зеленый») и ориентирам (флажки, мячи, кегли того же цвета).Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками:Взмахи лентой вверх – вниз;Круги лентой в лицевой и боковой плоскостях;Горизонтальные и вертикальные «змейки» лентой.Ритмический танец «Русский хоровод» (музыка «Русский лирический», Б. Карамышев)Описание танцаИ.П. – круг в сцеплении за рукиА1-8 – четыре русских попеременных шага с правой по линии танца.Б. 1-8 – четыре русских шага – «припадание» правым боком по линии танца.В. 1-8 – четыре шага с притопом к центру круга.Г. – повторить движения части В, двигаясь от центра круга.Повторить танец в другую сторону с другой ноги.Потряхивание ногами в положении стоя. | - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.-  Формировать умение ориентироваться в пространстве.- Обучить детей танцевальным движениям русского танца. |
| **Декабрь****Занятия 7-8** | Разминка.Выполнение ходьбы по кругу на каждый счет и через счет.Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету (например, «красный», «синий», «зеленый») и ориентирам (флажки, мячи, кегли того же цвета).Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками:Взмахи лентой вверх – вниз;Круги лентой в лицевой и боковой плоскостях;Горизонтальные и вертикальные «змейки» лентой.Ритмический танец «Русский хоровод» (музыка «Русский лирический», Б. Карамышев)Описание танцаИ.П. – круг в сцеплении за рукиА1-8 – четыре русских попеременных шага с правой по линии танца.Б. 1-8 – четыре русских шага – «припадание» правым боком по линии танца.В. 1-8 – четыре шага с притопом к центру круга.Г. – повторить движения части В, двигаясь от центра круга.Повторить танец в другую сторону с другой ноги.Потряхивание ногами в положении стоя. | - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.-  Формировать умение ориентироваться в пространстве.- Обучить детей танцевальным движениям русского танца. |
| **Декабрь****Сюжетный занятие 9****«Путешествие на Северный полюс»** | Ход занятия.Организованный вход в зал под песню «Полный вперед» (Г. Гладкова). Построение в шеренгу. Педагог говорит, что сегодня на уроке они отправляются на Северный полюс. Путешествовать будут на кораблях (скамейках). Перестроение в колонну и сед верхом на скамейки. Педагог выбирает капитанов кораблей («кораблям можно дать названия). Прежде чем начать путешествие, нужно проверить физическую подготовку экипажа.«Проверка физической подготовки»:«выбегание по трапу» - ходьба по скамейке с различным положением рук;«лазание по реям» - лазание по реям в упоре стоя на коленях.«Подготовка к отплытию». Комплекс общеразвивающих упражнений на скамейке под музыку (Г. Гладков) «Морская песенка! (имитация движения грабли, лазания и др.), а также использовать движения танца сидя.«Прибытие на Северный полюс». Высадка экипажей (уборка скамеек).Полюбуйся, посмотри,Полюс где-то впереди.Там сверкает снег и лед,Там сама Зима живет.Погода на Севере переменчивая, холодная, путешественников встречает вьюга. Игра «Северный и южный ветер».Играющие располагаются свободно по площадке. Выбираются двое водящих, одному дается синий платочек или ленточка, другому красный. Тот, у кого синий платочек («северный ветер»), пятнает детей, и они остаются на месте – их «заморозили», а водящий с красным платочком («южный ветер») дотрагивается до «замороженных» детей и они, «оттаивая», снова включаются в игру. Водящих может быть разное количество детей – двое с синим платочком и один – с красным, и т.д.4. «Исследование новой земли».Нам в лицо летят снежинки,А на льду одни картинки.Дружно встанем на коньки,Ну, попробуй догони!Перестроение парами. Танец «Конькобежцы».5. Построение по экипажам. Все садятся на корабли и отправляются обратно. Выполняют упражнения на восстановление дыхания и на расслабление мышц.Все захлопали в ладошиДружно, веселее.Застучали наши ножкиГромче и быстрее.Мы в ладоши хлоп-хлоп,Мы ногами топ-топ,Руки мы поднимем вышеИ легко-легко подышим.Вот к земле подходит флот –Наш корабль домой идет!!!6. Подведение итогов урока. Организованный выход из зала под песню «Полный вперед». | -закрепить выполнение танца конькобежцы;-способствовать развитию ловкости, быстроты и ориентировки в пространстве;-содействовать развитию внимания и равновесия. |
| **Январь****Занятия 1-2** | Разминка.Выполнение бега по кругу на каждый счет и через счет – небольшими прыжками с ноги на ногу («по кочкам»).Основные положения и движения в упражнениях с лентой. Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» - упражнение с двумя лентами. (Песня «Облака» - В. Шаинский, С. Козлов).Описание танцаВступление.А.1-8 -  И.П. – стойка, ленточки в обеих руках внизу, хват за концы лент, кольцо или палочку.Б.  1-8 – горизонтальные «змейки» ленточками перед собой.Первый куплет.А. 1 – взмах правой ленточкой вверх.2 – И.П.3-4 – повторить счет 1-2.5-8 – повторить счет 1-4 левой ленточкой.Б. 1 – взмах двумя ленточками вверх.2 – И.П.3-4 – повторить счет 1-2.5-8 – горизонтальные «змейки» ленточками, полуприседая и вставая, в конце стойка руки в стороны.Припев.А. 1-4 – круг ленточками книзу в лицевой плоскости (перед собой), в конце руки вниз.5-7 – с полуповоротом туловищем направо полуприсед, руки согнуть вперед («лошадки»), ленточки висят.8 – встать, руки с ленточками в стороны.Б. – повторить движения части А, счет 1-4 с полуповоротом в другую сторону, в конце руки за спину.В. 1-4 – повторить движения части А, счет 1-4, в конце руки за спину.5-6 – правую ленточку в сторону, поворот головы направо.7-8 – левую ленточку в сторону, поворот головы налево.Г. 1-2 – наклон налево.3-4 – наклон направо.5-8 – повторить счет 1-4, в конце ленточки вниз.Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета.Припев. Повторить упражнения припева – части А-Г; Д-Е – повторить В-Г. В конце припева горизонтальные «змейки» ленточками перед собой, приседая и вставая. В конце песни ленточки в стороны.Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят».И.п. – сед на пятках, руки вниз.1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох).3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»). | - развить чувство ритма.-Научить правильно исполнять движения.- Обучить детей танцевальным движениям. |
| **Январь****Занятия 3-4** | Разминка.Перестроение в шеренгу. Размыкание по ориентирам (на интервал – руки на поясе).Выполнение движений туловищем в различном темпе.Ритмический танец. «Травушка-муравушка». Музыкальный размер 2/4. Русская народная песня.Описание танцаИ.П. – построение парами по кругу, мальчик слева, девочка справа: руки в сцеплении во второй позиции. У мальчика свободная рука на поясе, у девочки – на платьице.А. 1-4 – два переменных шага с правой ноги.5-8 – четыре шага с носка с правой ноги.Б. – повторить движения части А.В. 1-4 – два приставных шага в сторону друг от друга (мальчик к центру, девочка от центра).5 – полуприсед, правая нога вперед на пятку.6 – встать, приставить правую ногу.7-8 – повторить счет 5-6 с другой ноги.Г. – повторит движения части В, выполняя приставные шаги в другую сторону (друг к другу). В конце принять исходное положение к началу танца.Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят».И.п. – сед на пятках, руки вниз.1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох).3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»). | - Учить правильной осанке при исполнении движений.- Научить правильно исполнять движения.- научить передавать заданный образ.- Обучить детей танцевальным движениям русского танца. |
| **Январь****Занятия 5-6** | Разминка.Перестроение в шеренгу. Размыкание по ориентирам (на интервал – руки на поясе).Музыкально-подвижная игра на определение музыкального произведения. Дети прослушивают музыкальное произведение, затем стараются изобразить в движениях тех героев, которых композитор изобразил в музыке (кота, лисичку, лошадку и др.)Ритмический танец «Травушка-муравушка».Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят».И.п. – сед на пятках, руки вниз.1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох).3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»). | -Учить правильной осанке при исполнении движений.- Научить правильно исполнять движения.- научить передавать заданный образ.- Продолжать обучение детей танцевальным движениям русского танца. |
| **Январь****Занятия 7-8** | Разминка.Построение в шеренгу.Музыкально-подвижная игра на определение динамики музыкального произведения.Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание - ходьба вперед, на тихое звучание – ходьба назад. На громкое – прыжки, на тихое – ходьба в упоре присев.Ритмический танец «Современник» (музыка – любая современная в ритме диско)Описание танцаИ.П. – дети стоят в парах лицом друг к другу (свободно по залу). Мальчики -  спиной к основному направлению, девочки – лицом к основному направлению.А. 1-2 – с полуповоротом налево прыжок на левой ноге, правую ногу вперед, руки согнуты: левая вперед, правая назад.3-4 – прыжком смена ног впереди.5-7 – три прыжка со сменой ног на каждый счет впереди с полуповоротом направо.8 – прыжок на две ноги лицом друг к другу.Б. – повторить движения части А в другую сторону с другой ноги.В. 1 – выпад вправо.2 – хлопок справа.3 – выпад влево.4 – хлопок в ладоши слева.Партнеры меняются местами (левым плечом друг к другу).5 – шаг правой ногой вперед.6 – шаг левой ногой вперед.7 – поворот направо на левой ноге.8 – приставить правую ногу.Г. – повторить движения части В.Танец повторяется сначала.Поглаживание и растирание правой руки левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук поглаживание и растирание груди.Речитатив:Я мочалочку возьмуИ ключицу разотру,И кругами, и кругамиГрудь массирую руками.А потом, а потомБудет весело кругом! | -научить слушать музыку, ее характер, темп.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.- продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).- Обучить детей танцевальным движениям. |
| **Февраль****Занятия 1-2** | Разминка.Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и по ориентирам.Музыкально-подвижная игра «К своим флажкам».Все играющие стоят в кружках по 6-8 человек. В центре каждого круга – водящий, который в поднятой руке держит флажок определенного цвета.Под музыку все играющие, кроме водящих с флажками, выполняют заданные танцевальные движения. С окончанием музыки дети бегут к границам зала (площадки), встают спиной к центру и закрывают глаза. В это время водящие с флажками меняются местами. По команде руководителя «Все к своим флажкам!» играющие открывают глаза, бегут к своим флажкам и образуют круг.Победительницей считается та команда, которая раньше всех нашла «свой» флажок, построила круг и правильно исполнила под музыку заданные движения. Водящих с флажками можно менять после каждого повторения игры.Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим.Ритмический танец «Современник».Поглаживание и растирание правой руки левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук поглаживание и растирание груди.Речитатив:Я мочалочку возьмуИ ключицу разотру,И кругами, и кругамиГрудь массирую руками.А потом, а потомБудет весело кругом! | -  Формировать умение ориентироваться в пространстве.- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.-продолжить обучать танцевальным движениям. |
| **Февраль****Занятия 3-4** | Разминка.Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге, беге.Музыкально подвижная игра «К своим флажкам».Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки, удары ногой на сильные и слабые доли такта.Ритмический танец «Артековская полька» (музыка – любая полька).Описание танцаИ.П. – в парах по кругу лицом к друг другу: мальчик левым боком к центру, девочка правым боком к центру, руки в сцеплении во второй позиции (в стороны).А. 1-2 – приставной шаг к центру.3 – шаг к центру.4 – притоп.5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону.Б. – повторить движения части А.В. 1 – хлопок в ладоши.2 – хлопок правыми руками мальчика и девочки.3 – хлопок в ладоши.4 – хлопок левыми руками мальчика и девочки.5-8 – повторить счет 1-4.Г. 1-2 – полуприсед на левой ноге, правую вперед на пятку, левую руку перед грудью, правую руку согнуть вперед, локоть на тыльную сторону ладони. Погрозить правым указательным пальцем со словами «Ты смотри!».3-4 – поменять исходное положение ног и рук чета 1-2 со словами 2не шали!».5-8 – три шага вперед, проходя мимо друг друга левыми плечами до следующего мальчика (девочки) со словами «Ну и до свидания!». В конце приставить ногу и принять исходное положение для начала танца с другим партнером (партнершей).Поглаживание и растирание правой руки левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук поглаживание и растирание груди.Речитатив:Я мочалочку возьмуИ ключицу разотру,И кругами, и кругамиГрудь массирую руками.А потом, а потомБудет весело кругом! | - Обучить детей танцевальным движениям.- развить чувство ритма.-  Формировать умение ориентироваться в пространстве.- научит танцевать в парах. |
| **Февраль****Занятия 5-6** | Разминка.Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге.Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта.Ритмический танец «Артековская полька»Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим.Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. | - Продолжить обучать детей танцевальным движениям.- развить чувство ритма.-  Формировать умение ориентироваться в пространстве.- научит танцевать в парах. |
| **Февраль****Занятия 7-8** | Разминка.Построение в круг.Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно.Ритмический танец «Русский хоровод» (уроки 25-26).Танец «Кик» (музыка в ритме диско).Описание танцаИ.П. – построение в две шеренги, мальчики напротив девочек, руки свободны в стороны.А. 1 – короткий приставной шаг вправо.2 – шаг вправо.3-4 – два раза «кик» - движение левой ногой вправо, правую руку разогнуть два раза.5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону.Б. 1-2 – шаг с притопом вправо.3-4 – шаг с притопом влево.5-6 – два прыжка вперед, руки вниз (меняются местами).7-8 – два прыжка с поворотом кругом (лицом друг к другу).Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. | - научить слушать музыку, ее характер, темп.- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.-  Формировать умение ориентироваться в пространстве. |
| **Март****Занятия 1-2** | Разминка.Построение в круг.Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно.Танец «Кик».Музыкально-подвижная игра «Музыкальные змейки».Все играющие делятся на три группы, построенные в колонны в определенном месте зала (площадки). Каждая колонна детей выбирает себе определенную мелодию. Например, первая группы выбирает вальс, вторая группа – польку, третья группа – танго. Выбрать модно и три разные детские песни из мультфильмов или сказок.Как только зазвучала одно из мелодий, выбравшая ее, должна двигаться по залу в любом направлении за впередистоящим. Но вдруг зазвучала другая мелодия, так же действует следующая команда, а первая останавливается в основной стойке или принимает упор присев. При звучании третьей мелодии действия команд происходит аналогично. Музыка может звучать в различном порядке. Вот звучит другая музыка, не выбранная командами, или сигнал руководителя «На свои места!», и тогда все бегут и строятся в колонны на свое первоначальное место. Какая колонна построится раньше и не ошибется при узнавании своей мелодии, та и выигрывает.Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние».И.П. – стойка руки вверх.1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули».2-3 – держать.4 – встать руки вверх – выдох. | -  Формировать умение ориентироваться в пространстве.- эмоционально разрядить детей.- научить импровизировать.- научит передавать темп музыки. |
| **Март****Занятия 3-4** | Разминка.Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим игровым способом.Музыкально-подвижная игра «Музыкальная змейка» (уроки 45-46).Ритмический танец «Танец с хлопками» (музыка в ритме диско, темп умеренный, медленный)А. «Шаги на месте».1-6 – шесть шагов на месте с хлопками перед собой на каждый счет.7-и-8 – два шага на месте (или продвигаясь вперед) с тремя хлопками перед собой.Б. «приставные шаги в сторону».1-2 – два приставных шага вправо с двумя хлопками перед собой.3-4 – повторить счет 1-2 в другую сторону.5-6 – повторить счет 1-2.7-и-8 – повторить счет 3-4 с тремя хлопками (хлопки выполняются на счет 7-8).В. «Шаги по диагонали».1 – шаг правой ногой вперед вправо по диагонали с хлопком вверху справа.2 – шаг левой вперед – влево по диагонали с хлопком вверху слева.3 – шаг правой вперед – вправо по диагонали с хлопком внизу справа.4 – шаг левой вперед влево по диагонали с хлопком внизу слева.5-6 – повторить счет 1-2.7-и-8 – повторить чет 3-4 с тремя хлопками внизу.Г. «Шаг назад».1 – шаг правой назад с хлопком над головой.2 – шаг левой назад с наклоном вперед и хлопком внизу.3-4 – повторить счет 1-2.5-6 – повторить счет 1-2.7-и-8 – повторить чет 1-2 с тремя хлопками: вверху, перед грудью и внизу.Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние».И.П. – стойка руки вверх.1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули».2-3 – держать.4 – встать руки вверх – выдох. | - научить перестраиваться из одного рисунка в другой.- Научить правильно исполнять движения.- научить передавать заданный образ. |
| **Март****Занятия 5-6** | Разминка.Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении.Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка.Перестроение и размыкание по ориентирам.Ритмический танец «Танец с хлопками».Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние».И.П. – стойка руки вверх.1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули».2-3 – держать.4 – встать руки вверх – выдох. | -научить перестраиваться из одного рисунка в другой.- Научить правильно исполнять движения |
| **Март****Занятия 7-8** | Разминка.Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении.Ходьба на каждый счет, хлопки через счет.Танец «Макарена»Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» (уроки 29-30).Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами к верху. | - Развить чувство ритма.-повторить танцевальные движения |
| **Март****Сюжетное занятие 9****«Клуб веселых человечков»** | «Знакомство». Построение в шеренгу. Педагог сообщает детям, что они сегодня на уроке побывают в гостях у веселых человечков – в Клубе сказочных героев. (Сначала можно спросить детей, кого они знают, или загадать загадки, которые подготовил Знайка).Многим долго неизвестный,Стал он каждому дружком,Всем по сказке интереснойМальчик-Луковка знаком.Очень просто и недлинноОн зовется…(Чипполино)Для него прогулка – праздникИ на мед особый нюх,Это – плюшевый проказникМедвежонок… (Винни –Пух)Как-то летом, между прочимПапа-Карло – добрый очень –Из полена сделал сына.Он зовется…(Буратино)Загадки могут быть и музыкальными, отрывками из детских песен. Дети могут их отгадывать сидя или двигаться свободно по залу, изображая героев сказки.В Клубе сказочные герои заняты своим делом, и мы будем выполнять задания. Задания можно разложить в ранее приготовленные конверты с изображением сказочных персонажей.2. «В гостях у Петрушки». Так как Петрушка – большой озорник и весельчак, он любит танцы и просит нас исполнить его любимы танец «Артековскую польку» (уроки 41-42).3. «В гостях у Незнайки». У Незнайки всегда много проблем, и он просит нас разобраться, к какому же флажку надо бежать. Музыкально-подвижная игра «К своим флажкам» (уроки 37-38).4. «В гостях у Буратино». Буратино – большой выдумщик, поэтому он просит ребят выполнить «Бег по кругу» с различными вариантами движений.5. «В гостях у Винтика и Шпунтика». Винтик и Шпунтик долго трудились и изобрели машину будущего. Она имеет крылья, умет плыть по морю. Они просят изобразить эту машину. Звучит песня «Автомобили» или «Старенький автомобиль», дети идут под музыку изображают чудо-машину: кто «едет», кто «летит» или передвигается на четвереньках.При выполнении каждого задания отмечаются дети, лучше справившиеся с ним. Они получают значок с изображением веселого человечка или поощрительные очки.6. В конце урока подводятся общие итоги и выявляются победители.     | - совершенствовать занимающихся в выполнении изученных танцевальных композиций;- развивать творчество, инициативу, самостоятельность в выполнении заданий |
| **Апрель****Занятия 1-2** | Разминка.Строевой шаг на месте, походный марш в передвижении.Упражнение типа задания в ходьбе и на внимание (красный флажок – выполнение ходьбы на месте, зеленый флажок – передвижение в обход и другие задания).Ритмический танец «Спенк» (музыка в ритме диско).Описание танцаИ.П. – занимающиеся стоят в парах, взявшись за руки, лицом к основному направлению, девочка справа от мальчика.А. «Пятки».1 – держась за руки, с поворотом друг от друга, поставить ногу на пятку (мальчик – левую, девочка – правую), руки свободные согнуть вперед.2 – приставить ногу (мальчик – левую, девочка – правую) в И.П.3 – держась за руки, с поворотом друг к другу, с поворотом друг к другу поставить другую ногу на пятку.4 – приставить ногу в И.П.5-8 – повторить счет 1-4.Б. «Поворот».Мальчик1 – шаг левой ногой назад.2 – приставить правую ногу, пропуская девочку на поворот, и перехватить рукой ее правую руку.3 – шаг левой ногой вперед.4 – приставить правую ногу.5-8 – повторить счет 1-4, перехватывая правой рукой левую руку девочки.Девочка1-3 – с левой ноги три шага с поворотом налево на 360 градусов.4 – приставить правую, перехватить правой рукой левую руку мальчика.5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону, перехватывая левой рукой правую руку мальчика.В. «Автостоп».И.П. – то же (как в начале танца).1-2 – сгибая и разгибая два раза левую ногу, два рывка согнутыми руками назад, правая рука вверху, левая рук внизу.3-4 – повторить счет 1-2 с другой ноги и со сменой положения рук.5 – сгибая левую ногу, рывком согнутыми руками, правая рука вверху, левая внизу.6 – повторить счет 5 с другой ноги со сменой положения рук.7-8 – два раза согнуть левую ногу и два раза согнуть правую руку сверху вниз («дернуть гудок»).Г. «Приставные шаги».1 – шаг в правую, руку в стороны.2 – приставить левую с хлопком над головой.3 – шаг влево, руки в стороны.4 – приставить левую с наклоном вперед, хлопок внизу.5-6 – повторить счет 1-2 влево.7- шаг влево, руки в стороны.8 – приставить правую ногу, встать в И.П.Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами к верху. | - Обучить детей танцевальным движениям.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями. |
| **Апрель****Занятия 3-4** | Разминка.Построение по кругу в парах.Ритмический танец «Спенк».Ритмический танец «Модный рок» (уроки 19-20).Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами к верху. | - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.-  Формировать умение ориентироваться в пространстве. |
| **Апрель****Занятия 5-6** | Разминка.Построение по кругу в парах.Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим.Ритмический танец «Спенк».Основные движения танца «Ча-ча-ча» (счет 2-3 «ча»-«ча»-1):Основное движение вперед.И.П. – основная стойка.2 – шаг левой ногой вперед (вес тела переносится на нее).3 – перенести вес тела на правую ногу назад.«Ча» - шаг левой ногой в сторону.«Ча» - приставляя правую ногу1 – шаг левой ногой в сторону.Основное движение назад.2 – шаг правой ногой назад (вес тела переносится на нее).3 – перенести вес тела на левую ногу.«Ча» - шаг правой ногой в сторону.«Ча» - приставляя левую.1 – шаг правой ногой в сторону.Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами к верху. | - Обучить детей танцевальным движениям;- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. |
| **Апрель****Занятия 7-8** | Разминка.Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим.Ритмический танец «Тайм-степ» (музыка в ритме «ча-ча-ча»).Вариант первый.И.П. – стойка ноги врозь, вес тела на левой ноге, рук свободны или на поясе.1 – перенести вес тела на правую ногу.2 – перенести вес тела на левую ногу.3 – шаг вправо, с переносом тела на правую ногу.И – приставляя левую ногу.5-6 – повторить счет 1-2 в другую сторону. 7-и-8 – повторить счет 3-и-4 в другую сторону.Вариант второй.1 – шаг правой ногой вперед с переносом веса тела.2 – перенести вес тела на левую ногу.3-и-4 – повторить счет 3-и-4 первого варианта.5-6 – повторить счет 1-2 с левой ноги.7-и-8 – повторить счет 7-и-8 первого варианта.Вариант третий.Можно танцевать в парах (лицом друг к другу). Мальчик с левой, девочка с правой ноги.Танцевальные шаги «Ча-ча-ча» (уроки 57-58).Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя. | - Обучить детей танцевальным движениям.- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.- Развить чувство ритма. |
| **Май****Занятия 1-2** | Разминка.Построение по кругу. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно.Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам.Ритмический танец «Тайм степ» (уроки 59-60).Основные движения танца «Полонез» (шаги). Музыкальный размер 3/4.И.П. – стойка руки у девочки на платьице, у мальчика на поясе.1 – шаг правой ногой вперед.2 – шаг левой ногой вперед.3 – шаг правой ногой на полу-присесте, одновременно левая нога выводится вперед-книзу. Тоже с другой ноги.Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя. | - научить перестраиваться из одного рисунка в другой.- научить передавать заданный образ.- научить слушать музыку, ее  темп. |
| **Май****Занятия 3-4** | Разминка.Упражнение типа задания в ходьбе и беге по звуковому сигналу.Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно.Танцевальные шаги «Полонез».Бальный танец «Полонез» (музыкальный размер ¾, полонез или «троянец»).Описание танцаИ.П. – на верхней середине в парах мальчик держит правой рукой левую руку девочки, правая рука девочки за платьице, левая рука мальчика на поясе. Мальчик стоит левым боком к центру, девочка справа от него.Первая часть. Движение вперед по линии танца основным шагом до противоположной середины или дальше.Вторая часть. Движение основным шагом через центр зала до противоположной стороны.Третья часть. Расходятся в разные стороны основным шагом и выстраиваются по боковым линиям зала лицом друг к другу.Четвертая часть. Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Идут навстречу друг к другу основным шагом и противоходом внутрь шеренг, принимая исходное положение, уходят основным шагом.Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. | - научить передавать заданный образ.- научить слушать музыку, ее темп.- развить умение «держать» круг и интервалы. |
| **Май****Занятия 5-6** | Разминка.Танцевальные шаги «Полонез», «Ча-ча-ча», «Самбо».Танцевальная разминка.Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. | - научить импровизировать.- эмоционально разрядить детей. |
| **Май****Занятия 7-8** | Отчетный концерт. |  |

**Планируемые результаты:**

* Научить ребенка чувствовать и ощущать музыкальный ритм;
* Формировать потребность к творческому самовыражению;
* Овладение детьми приемами, связками движений в танцевальных композициях;
* Развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, координационных способностей;
* Повышение работоспособности и двигательной активности;
* Развитие правильной осанки;
* Привитие культуры общения между собой и окружающими, в паре, в танце.

**Используемая литература:**

1. Буренина А.И. «Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста».
2. Раевская Е.П. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду»
3. Костровицкая В. «Сто уроков классического танца»
4. Урунтаева Г. «Дошкольная психология»
5. Ветлугина Н.А. «Эстетическое воспитание в детском саду»
6. Бекина С.И. «Музыка и движение»
7. Барышникова Т. «Азбукахореографии»
8. Интернет-ресурсы

**Аксессуары и костюмы для хореографического кружка**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название предмета** | **Количество** | **Цена** |
| 1 | Флажки цветные | 20 шт. | от 65 р |
| 2 | Цветные платочки | 20 шт. | от 95 р |
| 3 | Помпоны на ручке | 20 шт. | от 200 р |
| 4 | Гимнастическая лента с палочкой (длина ленты 100 см) | 10 шт. | от 350 р |
| 5 | Обручи 60 см | 5 шт. | от 200 р |
| 6 | Обручи 30 см | 5 шт. | от 200 р |
| 7 | Трость для танца | 10 шт.  | от 450 р |
| 8 | Скакалки | 6 шт.  | от 200 р |
| 9 | Мячи | 10 шт. | от 300 р |
| 10 | Султанчики | 20 шт.  | от 80 р |
| 11 | Кегли | 10-12 шт. | от 500р |
| 12 | Ленточка на полукольце | 20 шт. | от 50 р |
| 13 | Жилет блестящий для танцев | 8 шт. | от 900 р |
| 14 | Детский восточный костюм для девочек | 8 шт. | от 2300 р |
| 15 | Детские костюмы для латиноамериканских танцев для девочек и мальчиков | по 10 шт. | от 2000 р |
| 16 | Танцевальные костюмы в стиле хип-хоп для девочек и мальчиков  | по 8 шт. | от 1500 р |
| 17 | Детские джазовые костюмы для девочек и мальчиков | по 8 шт. | от 1500 р |
| 18 | Платье «Стиляги» (в горошек) | 8 шт. | от 3000р |
| 19 | Костюмы моряка и морячки для девочек и мальчиков | по 10 шт. | от 2000р |
| 20 | Коврик гимнастический  | 10 шт. | от 700 р |