

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Лесная поляна».**

Принята на педагогическом совете

№ \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

детский сад «Лесная поляна»

\_\_\_\_\_ Машанова Н. А.

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2015 г

**Программа  
хореографического кружка «Капельки»  
на 2015-2018г.**

*Составители: музыкальный руководитель Старюк Татьяна Юрьевна  
хореограф Лобарева Ольга Юрьевна*

**П. Новый Уоян**

**2015 г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография - это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. 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 эстетических 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.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Танец можно назвать ритмической поэмой. Слово «Танец» вызывает в нашем сознании представление чего-то грандиозного, нежного и воздушного. Занятие танцем не только учит понимать и создавать прекрасное, оно развивает образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививает любовь к прекрасному и способствует развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника. Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность ребёнка.

В период от четырёх до семи лет ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В дошкольном возрасте внимание детей ещё неустойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому они

нуждаются в частой смене движений. Для успешного достижения результатов необходимо чередовать разные виды музыкально- ритмической деятельности: использовать музыкально- ритмические игры, этюды, пальчиковую гимнастику. Они коротки, разнообразны и доступны детям по содержанию. Особое место в программе уделяется подбору музыкально- ритмического репертуара, который выполняется ежегодно в связи с **современными требованиями**. При этом он отвечает требованиям высокой художественности, воспитывает вкус ребёнка и обогащает его разнообразными музыкальными впечатлениями, вызывая моторную реакцию, а также удобен для двигательных упражнений. Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Хореография не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств. Красивые движения, усвоенные на занятии, ребёнок с радостью и интересом будет выполнять дома. Сколько приятных волнений для маленького человека и его родных доставляют его показательные выступления на праздничном концерте и на открытых занятиях!

В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности. Таким образом, оказывается разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности, вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

## **Актуальность хореографического образования**

Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

**Синкретичность танцевального искусства** подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки – от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

**ЦЕЛЬ:** Формировать у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений. Укреплять здоровье, корректировать осанку детей за счет систематического и профессионального проведения НОД, основанного на классических педагогических принципах обучения и внедрению инновационных форм и методов воспитания дошкольников.

### **ЗАДАЧИ:**

**1.Обучающая** - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного, историко-бытового и бального танца, музыкальной грамоте, основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

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

**3. Воспитывающая** - воспитание эстетически-нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбию, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе.

## **Основные педагогические принципы.**

### ***1. Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок.***

Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

***2. Систематичность.*** Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

***3. Вариативность.*** Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

***4. Наглядность.*** Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.

***5. Доступность.*** Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

***6. Закрепление навыков.*** Это выполнение упражнений на повторных НОД и в домашних условиях.

***7. Индивидуализация.*** Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

Формирование творчества в танце – очень тонкий, хрупкий процесс.

Поэтому, при использовании всех перечисленных принципов обучения, необходимыми являются следующие условия:

- Чтобы дети не теряли интереса к изучаемому материалу, не следует работать над каждым упражнением или этюдом дольше 2-4 НОД подряд. Даже если за это время выполнены не все поставленные задачи, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя.
- В процессе обучения используются игрушки, атрибуты с целью побуждения детей к более выразительному исполнению движений. В связи с этим нужно отбирать яркий, эстетически – выразительный игровой материал в том количестве, которое необходимо для НОД.
- На НОД должна быть доброжелательная обстановка, искренний и чуткий интерес педагога к любым, малейшим находкам, успехам своих воспитанников; поддержка и поощрение их самостоятельности.
- Чрезвычайно важно воспитывать такое же внимательное отношение у детей друг к другу, их умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей. Все это создает действительно творческую атмосферу на НОД, без которой невозможно становление и развитие творчества.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Программа по ритмике рассчитана на три года обучения и направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет.

В программе представлены различные разделы, все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Программа рассчитана на 72 учебных часов. НОД проводятся 2 раза в неделю. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований, продолжительность НОД соответствует возрасту детей.

### ***Продолжительность НОД для детей дошкольного возраста:***

- 5-го года жизни – не более 20 минут,
- 6-го года жизни – не более 25 минут,
- 7-го года жизни – не более 30 минут,

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

1. *Подготовительная часть* занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой.

В нее входят: гимнастика (*строевые, общеразвивающие упражнения*); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (*танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы*); музыкально- ритмическая композиция.

2. *Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические и бальные танцы, гимнастика.

3. *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени.

Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

***Обязательная одежда и обувь для занятия:***

Для девочек. Гимнастический купальник. Юбочка шифоновая. Волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков. Футболка. Спортивные шорты, чешки.

## **СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ ПО ХОРЕОГРАФИИ**

**Раздел «Ритмика»** является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

**Раздел «Гимнастика»** служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят строевые, общеразвивающие, а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные.

**Раздел «Танцы»** направлен на формирование у детей танцевальных движений. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического.

**Раздел «Музыкально – ритмическая композиция»** направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

**Раздел «Пальчиковая гимнастика»** служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения обогащают внутренний мир ребёнка. Оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии.

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»** является ведущим

видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

## МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап – обучение упражнению (*отдельному движению*);
- Этап углубленного разучивания упражнений;
- 
- Этап закрепления и совершенствования упражнения.

<b>Начальный этап</b>	<b>Этап углубленного разучивания</b>	<b>Этап закрепления и совершенствования</b>
- название упражнения; - показ; - объяснение техники; - опробования упр-ний.	- уточнение двигательных действий; - понимание закономерностей движения; - усовершенствование ритма; - свободное и слитное выполнение упражнения.	- закрепление двигательного навыка; - выполнение упр-ний более высокого уровня; - использование упр. в комбинации с другими упражнениями; - формирование индивидуального стиля.

Первостепенную роль на НОД по хореографии играет музыкальное сопровождение. Музыкальные произведения, используемые для сопровождения НОД очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения доступны

пониманию детей, музыкальны, выразительны, пробуждают у детей фантазию и воображение. Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

Чтобы учебный процесс у детей 4-7 лет был эффективным, на НОД по ритмике, максимально используется ведущий вид деятельности ребенка-дошкольника – игра. Используя игровые упражнения, имитационные движения, сюжетно-творческие зарисовки усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают полнее и всестороннее решить поставленные задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на НОД в качестве динамических пауз для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части НОД: в разминку или в занятие целиком. Комплексы объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения.

В работе над выразительностью движений, над пластикой, над эмоциональной насыщенностью образа, включаются на НОД имитационные движения, которые очень ценны для дошкольного возраста.

НОД по хореографии способствуют развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Формируется эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребёнка. Движения под музыку

рассматриваются как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом. Формирование творчества в танце – очень тонкий, хрупкий процесс. Поэтому, при использовании всех перечисленных методов обучения, необходимыми являются следующие условия.

## **ВОЗРАСТНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ**

### **4 – 5 лет.**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

### **5 – 6 лет.**

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

### **6 – 7 лет.**

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150-160

акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Для подбора упражнений соответствующие темпу музыке предлагаются следующие критерии:

- Быстрый бег – 160 акцентов в минуту;
- Подскоки, галоп – 120-150 акцентов в минуту;
- Маховые движения – 80-90 акцентов в минуту;
- Наклоны – 70 акцентов в минуту;
- Повороты, наклоны головы, растягивания – 40-60 акцентов в минуту.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

### **УСЛОВИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

*Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:*

- Личностное общение педагога с ребенком;
- Наличие специально оборудованного кабинета;
- Правильное покрытие пола – деревянное либо ковровое покрытие;
- На каждого ребёнка должно быть отведено 4 метра площади;
- Избегать употребление жвачки во время занятия;
- Иметь свободный доступ к воде.
- Каждый ребенок должен иметь обязательную одежду и обувь для занятия;

- Широкое использование технических средств обучения (*видео, аудио техника*);
- Атрибуты, наглядные пособия;
- Зал предварительно проветривать и проводить влажную уборку;
- Иметь: расписание занятий, методический материал, календарный план, результативность каждого занимающегося по итогам года.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**1 год обучения** (*средняя группа*). После первого года обучения занимающиеся дети знают о назначении

отдельных упражнений хореографии. Желают двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок; ставить ногу на носок и на пятку. Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания (*творческие игры, специальные задания*), используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

**2 год обучения** (*старшая группа*). По окончании второго года обучения занимающиеся дети выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку. Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Выполняют танцевальные движения: поочерёдное выбрасывание ног вперёд в прыжке; приставной шаг с приседанием, с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд; шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

**3 год обучения***(подготовительная группа)*. После третьего года обучения занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку. Выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами). Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

## Перспективный план на 2015 – 2018 г.

<b>Сентябрь</b>		
<u>1 неделя</u> <b>Вводное занятие.</b>	Техника безопасности.  Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов)	Познакомить детей с историей танца, его основными стилями и жанрами, рассказать о формах, правилах поведения на занятиях. Развивать интерес к танцевальному искусству. Прививать любовь и уважения к танцу.  Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.
<u>2 неделя</u>	Ритмическая игра «Пастушок», Игра «Найди свое место».  Этюд «Скворушка» (Упражнения на координацию движения)	Формирования музыкально – ритмической координации движения. Развивать внимание, чувство ритма, память. Воспитывать общую музыкальную культуру.  Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру.
<u>3 неделя</u>	«Кенгуру точка.ру»	Учить различать сильные и

	(Упражнения на ритм)  Комплекс дыхательной гимнастики.	слабые доли такта, распознавать и передавать ритм (Быстро – медленно, резко – плавно) .Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру.  Учить правильно, дышать во время движений.развивать устойчивый интерес к занятиям. Воспитывать дисциплину, аккуратность.
<u>4 неделя</u>	Гимнастические позы.  Игра «Лиса», «Мышеловка»	Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность.  Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<b>Октябрь</b>		
<u>1 неделя</u>	Классический танец	Знакомить детей с основами классического танца.развивать силу ног, натянутость стопы, выворотность тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к классическому танцу

	Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов)	Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.
<u>2 неделя</u>	«Паровозик»(Перестроение по залу дробной дорожкой)  Этюд «Березка»	Учить ориентироваться в пространстве. Развивать пространственное мышление, внимание. Воспитывать дисциплину, аккуратность.  Закреплять полученные навыки ориентировки в пространстве.развивать выразительность, музыкальный слух, память, внимание.
<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Шалунишки»  Комплекс дыхательной гимнастики.	Формировать у воспитанников танцевальных знаний умений и навыков. Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать интерес к танцевальному искусству.  Учить правильно, дышать во время движений.развивать устойчивый интерес к занятиям.  Воспитывать дисциплину, аккуратность.
<u>4 неделя</u>	Гимнастические упражнения.	Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли,

	Игра «Самолеты и бабочки».	самостоятельность. Уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваясь друг с другом. Двигаться в разных темпах. Тренировка внимания.
<b>Ноябрь</b>		
<u>1 неделя</u>	Классический танец	Знакомить детей с основами классического танца.развивать силу ног, натянутость стопы, постановку корпуса вываротность тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к классическому танцу.
	Ритмическая разминка «Острова»	Формировать музыкально - ритмическую координацию движений.развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство ритма. Воспитывать общую музыкальную культуру.
<u>2неделя</u>	Этюд «Барабашки» (Упражнения на ритм)	Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм (Быстро – медленно, резко – плавно) .Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру.
	«Ножки, ножки ходили по	Формировать у воспитанников

	дорожки» (Различные виды шагов, танцевальный бег)	танцевальных знаний умений и навыков. Развивать равновесие, выразительность, грацию. Воспитывать интерес к танцевальному искусству.
<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Звонкие колокольчики»  «Зайки» (Прыжковые упражнения)	Учить детей работать с предметом (колокольчики) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.  Продолжать знакомить детей с элементами классического танца Allegro (прыжки). Развивать физические данные, силу, натянность стопы, чувство равновесия.
<u>4 неделя</u>	Гимнастические позы.  Игра «Гипнотизер».	Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление.  Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<b>Декабрь</b>		
<u>1 неделя</u>	Классический танец в партере	Знакомить детей с основами классического танца.развивать силу ног, натянность стопу, постановку корпуса вываротность

	Ритмическая разминка «По кругу»	тазобедренного сустава. Воспитывать любовь к классическому танцу  Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.
<u>2 неделя</u>	Этюд «Мельница» (Упражнения координацию движения)  «Статуи» (постановка корпуса, рук, ног)	Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру  Продолжать знакомить детей с основой классического танца. Развивать гибкость суставов, эластичность мышц, равновесие. Воспитывать интерес к классическому танцу
<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Вдохновение»  «Нитка с иглой» (Музыкально-пространственные упражнения)	Учить детей работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.  Учить ориентироваться в пространстве. Развивать пространственное мышление, внимание. Воспитывать дисциплину, аккуратность.
<u>4 неделя</u>	Гимнастические позы.	Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц.

	Игра «Баба-яга».	<p>Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление.</p> <p>Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.</p>
--	------------------	---

## Январь

<u>1 неделя</u>	<p>Экзерсис на середине зала</p> <p>Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов)</p>	<p>Формировать навыки и умения в области классического танца (позиции ног). Развивать правильную постановку ног, выворотность стопы. Воспитывать любовь к классическому танцу.</p> <p>Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.</p>
<u>2 неделя</u>	<p>Упражнения на напряжения и расслабления мышц всего тела.</p> <p>Темповые динамические упражнения</p>	<p>Укреплять физическое здоровье детей. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитать дисциплину, волевые качества ребенка</p> <p>Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм. Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру</p>

<p><u>3 неделя</u></p>	<p>Постановка танца «Матрешки»</p> <p>Комплекс дыхательной гимнастики.</p>	<p>Учить детей работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.</p> <p>Учить правильно, дышать во время движений. Развивать устойчивый интерес к занятиям. Воспитывать дисциплину, аккуратность</p>
<p><u>4 неделя</u></p>	<p>Гимнастические упражнения.</p> <p>Игра «Буратино и пьеро».</p>	<p>Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление.</p> <p>Развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.</p>
<p><b>Февраль</b></p>		
<p><u>1 неделя</u></p>	<p>Экзерсис на середине зала</p>	<p>Формировать навыки и умения в области классического танца (Постановка корпуса). Развивать правильную постановку корпуса, равновесие. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям.</p>

	Ритмическая разминка «Веселая карусель»	Формировать музыкально - ритмическую координацию движений.развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство ритма. Воспитывать общую музыкальную культуру.
<u>2 неделя</u>	Упражнения на напряжения и расслабления мышц всего тела.  Этюд «Незнайка»(Упражнения на координацию движения)	Укреплять физическое здоровье детей. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитать дисциплину, волевые качества ребенка  Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру.
<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Гусары»  Игра импровизация на заданную тему «Создаем характеры» (работа над мимикой лица)	Учить детей работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.  Учить импровизировать на заданную тему. Развивать воображение, творческие способности, подвижность. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям.
<u>4 неделя</u>	Гимнастические позы.	Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов,

	Игра «Тюльпан».	улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление.  Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<b>Март</b>		
<u>1 неделя</u>	Экзерсис на середине зала  Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов)	Формировать навыки и умения в области классического танца (Позиции рук). Развивать правильную постановку позиций рук. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям.  Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.
<u>2 неделя</u>	Изоляция отдельных частей тела  Этюд «Колокольчики» (Упражнения на ритм)	Формировать представление детей о современном танце. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.  Учить различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать ритм (Быстро –

		медленно, резко – плавно) . Развивать чувства ритма, внимание, память. Воспитывать общую музыкальную культуру.
<u>3 неделя</u>	Постановка танца «Капель»  Комплекс дыхательной гимнастики	Учить детей работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.  Учить правильно, дышать во время движений. Развивать устойчивый интерес к занятиям. Воспитывать дисциплину, аккуратность.
<u>4 неделя</u>	Гимнастические позы.  Игра «Штанга».	Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление.  Попеременное напряжение и расслабление мышц плечевого пояса и рук. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.
<b>Апрель</b>		
<u>1 неделя</u>	Экзерсис на середине зала	Формировать навыки и умения в области классического танца

	Упражнения для позвоночника	<p>(Демиплие, батман тандю). Развивать правильную постановку корпуса позиций рук, ног. Воспитывать устойчивый интерес к занятиям.</p> <p>Формировать представление детей о современном танце. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.</p>
<u>2 неделя</u>	<p>Уровни (Упражнения для координации движений)</p> <p>«Плетень» (Музыкально-пространственные упражнения)</p>	<p>Учить объединять несколько движений для получения комбинации. Развивать координацию внимание. Воспитывать общую культуру.</p> <p>Учить ориентироваться в пространстве. Развивать пространственное мышление, внимание. Воспитывать дисциплину, аккуратность.</p>
<u>3 неделя</u>	<p>Постановка танца «Салют»</p> <p>Кросс</p>	<p>Учить детей работать с предметом (с полотном) Развивать чувства ритма, выразительность, пластику, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.</p> <p>Формировать представление детей о современном танце. Развивать двигательные функции при помощи физических упражнений. Воспитывать дисциплину,</p>

		волевые качества ребенок.
<u>4 неделя</u>	<p>Гимнастические упражнения.</p> <p>Игра «Конкурс лентяев».</p>	<p>Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление.</p> <p>Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.</p>
<b>Май</b>		
<u>1 неделя</u>	<p>Основы классического танца</p> <p>Танцевальная разминка на середине зала (комплекс упражнений на развитие групп мышц и подвижных суставов)</p>	<p>Продолжать обучения детей элементами классического танца в более быстром темпе, уделить особое внимание чистоте исполнений движений.развивать правильную постановку корпуса, рук, ног, чувства ритма.</p> <p>Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать дисциплину, волевые качества ребенка.</p>
<u>2неделя</u>	«Шалуны» Ритмическая разминка	Формировать музыкально - ритмическую координацию движений.развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство

	«Плавные ручки»	<p>ритма. Воспитывать общую музыкальную культуру.</p> <p>Учить детей плавно и красиво исполнять руками и кистью рук различные виды упражнения. Развивать пластичность, грацию. Воспитывать дисциплину, аккуратность.</p>
<u>3 неделя</u>	<p>Гимнастические позы.</p> <p>Игра «Конкурс лентяев».</p>	<p>Формировать умение и навыки в области партерной гимнастики. Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок, наращивать силу мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление.</p> <p>Обучение полному расслаблению мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности, подвижность.</p>
<u>4 неделя</u>	<p>Повтор всех постановочных танца</p> <p><b><u>Итоговый концерт</u></b> <b><u>«Танцевальная капель»</u></b></p>	<p>Поднимать уровень танцевального мастерства. Развивать творческие способности, актерское мастерство, танцевальность. Воспитывать любовь к танцевальному искусству.</p> <p>Создания праздничного, хорошего, веселого настроения.</p>

**Список использованной литературы:**

1. Азбука хореографии – Барышникова Т.(г. Москва 1999год);
2. Ритмическая мозаика - Буренина А.И.(г. Санкт – Петербург 2000 год);
3. «Танцевальная мозаика» - хореография в детском саду – Слуцкая С.Л.(2006 год);
4. Ладушки «Потанцуй со мной дружок» - Каплунова И., Новоскольцева И.;
5. «Са-фи-дансе» -танцевально-игровая гимнастика для детей – Фирилёва Ж.Ё., Сайкина Е.Г.;
6. Танцевальная ритмика – Суворова Т.;
7. «Расскажи стихи руками» - Егоров В. (г. Москва 1992 года).