

ПРИНЯТО
На заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от «26» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №215»
И.В. Болишина
от «27» августа 2025 № 45-осн



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 786C08481A7EFD305165FA1628640497
Владелец: Болишина Ирина Викторовна
Действителен: с 15.10.2025 до 08.01.2027

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительного образования по хореографии «МульДэнс»
на 2025-2026 уч.год

Автор:
Демидова Инна Анатольевна

| №п/п | Содержание | Стр. |
|--------|--|------|
| I | Годовой календарный график | 3 |
| II. | Целевой раздел | 5 |
| | Введение | 5 |
| 1. | Цели и задачи реализации Программы | 5 |
| 1.1. | Принципы и подходы к реализации Программы | 6 |
| 1.2. | Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития дошкольного возраста. | 6 |
| 2. | Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы дополнительного образования детей дошкольного возраста. | 7 |
| II | Содержательный раздел | 8 |
| 1. | Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательных областей с <i>отражением вариативной части ОП(перечень программ, технологий, пособий).</i> | 8 |
| 2. | Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов. | 9 |
| 3. | Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик. Отражение вариативной части ОП | 9 |
| 3.1. | Структура построений занятий | 9 |
| 3.1.1. | Основные разделы занятий дополнительного образования. | 9 |
| 3.2. | Комплексно–тематическое планирование: Образовательная деятельность с детьми 4-5 лет Образовательная деятельность с детьми 5-7 лет | 11 |
| 3.3 | Оценка индивидуального развития детей | 50 |
| III | Организационный раздел | 55 |
| 1. | Режим дня | 55 |
| 2. | Учебный план, расписание ООД | 55 |
| 3. | Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания. | 55 |
| 4. | Условия реализации программы. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды | 56 |
| IV. | Литература | 57 |
| V. | Лист корректировки программы | 58 |

І. Годовой календарный график
дополнительной образовательной программы «Обучение хореографии детей
дошкольного возраста» (возраст детей от 4 до 7лет)
художественной направленности
Танцевальный кружок «МульДэнс»
на 2025-2026 учебный год

| | Содержание | Возрастная группа |
|--------------|--|--|
| 1. | Количество возрастных групп | Средняя группа – 4-5 лет Старшая группа - 5-7лет |
| Итого | 2 группы | |
| 2. | Начало учебного года | 1.10.25г. Средняя группа – 4-5 лет Старшая группа - 5-7лет |
| 3. | Окончание учебного года | 30.04.26г. Средняя группа – 4-5 лет Старшая группа - 5-7лет |
| 4. | Продолжительность учебной недели | 5 дней (понедельник- пятница) |
| 5. | Продолжительность учебного года (занятий) | Средняя группа – 4-5 лет -29 Старшая группа - 5-7лет-28 |
| 6. | Расписание занятий | Понедельник/среда Средняя группа 15.30 – 16.00 Старшая группа 16.10 – 16.50 вторник/четверг Средняя группа 15.30 – 16.00 Старшая группа 16.10 – 16.50 |
| 7. | График каникул | 31.12.25г – 9.01.26г 01.05.26г – 1.09.26г |
| 8. | Нерабочие дни | Суббота, воскресенье |
| 9. | Праздничные дни | 4.11, 23.02, 9.03. |

Количество занятий в учебный год по каждой возрастной группе Танцевальный кружок «МульДэнс»

| Возрастная категория/ месяц | Средняя группа 4-5 лет | | Старшая группа 5-7 лет | |
|------------------------------------|-------------------------------|---|-------------------------------|---|
| | | | | |
| октябрь | 4 | 5 | 4 | 5 |
| ноябрь | 4 | 4 | 4 | 4 |

| | | | | |
|---------|----|---|----|---|
| декабрь | 4 | 4 | 4 | 4 |
| январь | 3 | 3 | 3 | 3 |
| февраль | 4 | 4 | 4 | 4 |
| март | 5 | 4 | 5 | 4 |
| апрель | 4 | 5 | 4 | 5 |
| всего | 57 | | 57 | |

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Сроки проведения занятий:

Танцевальный кружок «МульДэнс»

| Возраст детей /детские объединени я | Дата начала учебного периода (начала получения дополнительной платной услуги) | Дата окончания учебного периода (окончания получения дополнительной платной услуги) |
|--|---|---|
| 4-5 лет | 01.10.2025 | 30.04.2026 |
| 5-7 лет | 01.10.2025 | 30.04.2026 |

1.1 ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Введение

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

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

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию к учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.

Учебная программа реализуется посредством основной общеобразовательной программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» /под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой/, технологией по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, дополнительной программой по хореографии для детей дошкольного возраста «Прекрасный мир танца» О.Н. Калининой.

1 Цель программы

– приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее

многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи

Образовательные:

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

Воспитательные:

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

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей.

1.1 Принципы и подходы к формированию Программы.

- ❖ **принцип сознательности и активности** — обучение эффективно, когда ребенок проявляет познавательную и двигательную активность.
- ❖ **принцип системности и последовательности** предполагает преподавание и усвоение навыков и умений в определенном порядке, системе;
- ❖ **принцип доступности** требует учитывать особенности развития детей, их уровень усвоения музыки и движений;
- ❖ **принцип наглядности** — ИКТ включают в работу максимальное количество органов чувств зрительный, слуховой и тактильный;
- ❖ **принцип полноты и целостности** музыкального образования детей, подразумевающий совокупность знаний, умений и навыков по всем видам детской музыкально-двигательной деятельности, их органическую взаимосвязь.

1.2 Особенности хореографической работы с детьми 4-5 лет

Психологическая характеристика развития детей в хореографической работе

В этот период развития ребенок уже может воспроизводить движения в образах. Выполнение простых сюжетных и парных танцев происходит осмысленно, целенаправленно с анализом своих действий (*наглядно-образное мышление*). Ребенок свободно фантазирует при помощи выразительных, пластичных танцевальных

движений под определенный характер мелодии; вместе с танцевальными движениями использует мимику и пантомимику, хорошо чувствует ритм.

В танцах он начинает развивать творческое воображение, сообразительность, волевые и нравственные качества.

Особенности хореографической работы с детьми 5-7 лет

Психологическая характеристика развития детей в хореографической работе

Дети этого возраста хорошо ориентируются в пространстве, правильно используют многообразные обозначения пространственных отношений, перестроений в танце: «Побежали по кругу, закружились вправо, перестроились в линию, закружились влево». Теперь ребенок осознанно выполняет задания, а обучение становится более целенаправленным.

Различные перестроения, координация движений в танцах развивают у ребенка такие мыслительные операции, как сравнение, абстрагирование, установление причинно-следственных связей.

2. Планируемые результаты освоения программы.

В результате проделанной работы дети проявляют стойкий интерес и потребность к музыкально-ритмическим занятиям, осваивается необходимый объём движений классического, народного, бального танцев, а также танцев современного направления. У них формируется основа культуры движения, красивая осанка. Более совершенным становится чувство ритма. Дети понимают ориентировку на себе – правая рука (нога), левая рука (нога), и от себя – (направо, налево, вперёд, назад). Они хорошо ориентируются в пространстве зала и выполняют различные построения и перестроения: в колонну, в шеренгу, по диагонали, в рассыпную, по линии танца, противходом и т.д.

У детей появляются такие личностные качества, как уверенность, целеустремлённость, активность, желание показать свои достижения зрителям. Меняется и протекание психических процессов: отмечается сосредоточенность, устойчивость внимания, улучшение запоминания и воспроизведения, проявление творческого воображения.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы танцевального кружка «Сюрприз» после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

Дошкольник будет знать:

- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- знать позиции ног.

Воспитанник будет уметь:

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;

- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

Итоговое занятие проводится в форме концерта. Концерт является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации дошкольников.

Особенности оценки индивидуального развития детей.

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования), используется научно-методическое пособие

П.Г. Нежнова Н.А. Короткова «Наблюдение за развитием детей в дошкольных группах».

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

При необходимости используется психологическая диагностика развития детей (выявление и изучение индивидуально-психологических особенностей детей), которую проводят квалифицированные специалисты (педагоги-психологи, учителя-логопеды).

Участие ребенка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей).

Результаты психологической диагностики могут использоваться для решения задач психологического сопровождения и проведения квалифицированной коррекции развития детей.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность

2. Формы, способы, методы и средства реализации программы.

Модель образовательного процесса.

Программа рассчитана на 1 год обучения и рекомендуется для занятий детей с 4 до 7 лет.

Рабочая программа танцевального кружка предлагает проведение занятий 2 раза в неделю. Исходя из календарного года (с 1 октября по 30 апреля) количество часов, отведенных для занятий танцевального кружка 120 ч.

Занятия делятся в средней группе 30 мин, в старшей 40 мин.

| Группа | Продолжительность | Количество занятий в неделю | Количество занятий в год |
|----------------|-------------------|-----------------------------|--------------------------|
| Средняя группа | 30 мин. | 2 | 29 |
| Старшая группа | 40 мин. | 2 | 28 |

3. Особенности образовательной деятельности разных видов и основные разделы занятий дополнительного образования.

3.1. Структура построения занятий

Занятие по хореографии строится по классическому принципу. Это *вводная, подготовительная, основная, заключительная* части занятия.

Вводная часть:

- вход детей в зал;

- расстановка детей в зале;
- проверка у детей осанки, позиции ног, рук, головы;
- приветственный поклон.

Подготовительная часть:

- Разминка;
- дыхательная гимнастика.

Основная часть:

- разучивание элементов и комбинаций танца;
- разучивание хореографических номеров;
- элементы партерной гимнастики;
- музыкально-танцевальная игра.

Заключительная часть:

- проверка у детей осанки, позиции ног, рук, головы;
- прощальный поклон;
- выход детей из зала.

3.1.1 Комплексно-тематическое планирование:

Перспективное планирование танцевального кружка «МульДэнс»

Средняя группа

| Тема занятия | содержание |
|--------------------------------|--|
| ОКТАБРЬ | |
| 1.Вводное занятие | Знакомство с ребятами. Беседа с детьми «Что такое танец». Разминка "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; Диагностика уровней музыкально-двигательных способностей детей на начало года. |
| 2.«Как устроен зал» | - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; -знакомство детей с «точками зала»; -формирование пространственной ориентации игровыми приемами; - игра на развитие эмоциональности «Повтори». |
| 3.«Бусинки в коробочке» | - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; -знакомство детей с видами перестроений «в шеренгу», «в колонну», «в круг», «цепочкой» «в рассыпную»; -формирование пространственной ориентации игровыми приемами; - игра на развитие ловкости «Вперед 4 шага». |
| 4.«Пружинки» | - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом |

| | |
|----------------------------------|--|
| | <p>колен;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разминка «Часики»; -знакомство детей с видами прыжков: подскоки, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, «ножницы», «прямые ножницы»; -закрепление пространственной ориентации игровыми приемами; - игра на развитие эмоциональности «Повтори». |
| 5.«Балеринки» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; -знакомство детей с партерным экзерсисом: -положения рук в 1-4 позиции; -положение ног в 1-3 позиции; -приседание в 1 позиции; -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - игра на развитие ловкости «Вперед 4 шага». |
| 6.«Коробка с карандашами» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; -знакомство детей с видами растяжки -наклоны до пола «мельница», -перекаты с одной ноги на другую; -«складочка» сидя на полу; - игровое упражнение «кошечка села на окошечко»; - игра на развитие эмоциональности «Повтори». |
| 7. Альбом для рисования | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -положения рук в 1-4 позиции; -положение ног в 1-3 позиции; |

| | |
|-----------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> -приседание в 1 позиции; -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игра на развитие самоконтроля «Замри». |
| 8.Закрепление | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -положения рук в 1-4 позиции; -положение ног в 1-3 позиции; -приседание в 1 позиции; -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - игра на развитие эмоциональности «Повтори». |
| 9. Закрепление | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -положения рук в 1-4 позиции; -положение ног в 1-3 позиции; -приседание в 1 позиции; -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - игра на развитие эмоциональности «Повтори». |
| НОЯБРЬ | |
| 1.«Снежинки» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; |

| | |
|-----------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - положения рук в 1-4 позиции; - положение ног в 1-3 позиции; - приседание в 1 позиции; - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игра на развитие ловкости и легкости в движениях «Не потеряй пушинку». |
| 2. «Зимние узоры» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - изучение движений из первого куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие ловкости и легкости в движениях «Не потеряй пушинку». |
| 3. Зимнее настроение | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка и закрепление движений из первого куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие ловкости и легкости в движениях «Не потеряй пушинку». |
| 4. «Зимние узоры» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; |

| | |
|-------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - изучение движений из второго куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие ловкости и легкости в движениях «Не потеряй пушинку». |
| 5. «Зимнее настроение» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка и закрепление движений из второго куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие ловкости и легкости в движениях «Не потеряй пушинку». |
| 6. «Зимние кружева» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - изучение движений из третьего куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие ловкости и легкости в движениях «Не потеряй пушинку». |
| 7. «Зимние кружева» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; |

| | |
|-------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка и закрепление движений из третьего куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие ловкости и легкости в движениях «Не потеряй пушинку». |
| 8. «Зимние узоры» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка и закрепление движений из третьего куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие ловкости и легкости в движениях «Не потеряй пушинку». |
| ДЕКАБРЬ | |
| 1. «Зимнее настроение» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка связок из первого куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие импровизации «Поэтический образ». |
| 2. «Зимние кружева» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом |

| | |
|-------------------------------|---|
| | <p>колен;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка связок из второго куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие импровизации «Поэтический образ». |
| 3. «Зимние узоры» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом <p>колен;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка связок из третьего куплета к танцу «Кружево» - игра на развитие импровизации «Поэтический образ». |
| 4. «Зимнее настроение» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом <p>колен;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка связок между куплетами к танцу «Кружево» - игра на развитие импровизации «Поэтический образ». |
| 5. «Зимние кружева» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом <p>колен;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: |

| | |
|-------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка связок между куплетами к танцу «Кружево» - игра на развитие импровизации «Поэтический образ». |
| 6. «Зимние узоры» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка синхронности движений к танцу «Кружево» - игра на развитие импровизации «Поэтический образ». |
| 7. «Зимнее настроение» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка синхронности движений к танцу «Кружево» - игра на развитие импровизации «Поэтический образ». |
| 8. «Зимние кружева» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка |

| | |
|------------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - отработка синхронности движений к танцу «Кружево» - игра на развитие импровизации «Поэтический образ». |
| ЯНВАРЬ | |
| 1. «Новогодние игрушки» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - положения рук в 1-4 позиции; - положение ног в 1-3 позиции; - приседание в 1 позиции; - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - игра на развитие сплоченности «Праздничный поезд». |
| 2. «Лесная сказка» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - положения рук в 1-4 позиции; - положение ног в 1-3 позиции; - приседание в 1 позиции; - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - игра на развитие сплоченности «Праздничный поезд». |
| 3. «Новогоднее путешествие» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; |

| | |
|---------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -положения рук в 1-4 позиции; -положение ног в 1-3 позиции; -приседание в 1 позиции; -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - игра на развитие эмоциональности «Повтори». |
| 4. «Озорные детки» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка -изучение движений из первого куплета к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие ловкости и легкости в движениях «Замри». |
| 5. «Веселые друзья» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка -отработка движений из первого куплета к танцу «Ляля рулит» - игра «Повтори». |
| 6. «Озорные детки» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; |

| | |
|-----------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - изучение движений из второго куплета к танцу «Ляля рулит» - игра «Замри». |
| ФЕВРАЛЬ | |
| 1. «Озорные детки» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка - отработка движений из второго куплета к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие самоконтроля «Интервал». |
| 2. «Веселые друзья» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка - изучение движений из третьего куплета к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие самоконтроля «Интервал». |
| 3. «Веселые зверята» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; |

| | |
|----------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - партерный экзерсис: -поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка -отработка связок между куплетами к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие самоконтроля «Интервал». |
| 4. «Лесное приключение» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка -отработка связок между куплетами к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие самоконтроля «Интервал». |
| 5. «Дорожное приключение» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка -отработка синхронности движений к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие самоконтроля «Интервал». |
| 6. «Моя любимая машинка» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: -поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка -отработка синхронности движений к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие самоконтроля «Интервал». |

| | |
|-------------------------------------|--|
| <p>7. «Поехали кататься»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка - отработка синхронности движений к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие самоконтроля «Интервал». |
| <p>8. «Веселые друзья»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка - отработка синхронности движений к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие самоконтроля «Интервал». |
| <p>МАРТ</p> | |
| <p>1. «Озорные детки»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка - отработка синхронности движений к танцу «Ляля рулит» - игра на развитие самоконтроля «Интервал». |
| <p>2. «Поехали кататься»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; |

| | |
|-----------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног лежа на боку - игровая растяжка - отработка синхронности движений к танцу «Ляля рулит» - игра «Замри». |
| 3. «Коробка с карандашами» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - положения рук в 1-4 позиции; - положение ног в 1-3 позиции; - приседание в 1 позиции; - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие мышц спины; - «лодочка», - «коробочка», «корзиночка»; - поочередные махи ног из положения «кошечки», - игровая растяжка, - игра «Повтори». |
| 4. «Радуга» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - изучение движений из первого куплета к танцу «Отмените войну» - игра «Поэтический образ». |
| 5. «Кисти и краски» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; |

| | |
|-----------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка движений из первого куплета к танцу «Отмените войну» - игра «Интервал». |
| 6. «Грустный лебедь» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - изучение движений из второго куплета к танцу «Отмените войну» - игра «Замри». |
| 7. «Танец птиц» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка движений из второго куплета к танцу «Отмените войну» - игра «Интервал». |
| 8. «Птицы на озере» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка |

| | |
|--------------------------------|--|
| | <p>-изучение движений из третьего куплета к танцу «Отмените войну»</p> <p>- игра «Поэтический образ».</p> |
| АПРЕЛЬ | |
| 1. «Волна» | <p>- вход в зал;</p> <p>- приветствие;</p> <p>- "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский;</p> <p>-шаг с носка;</p> <p>-шаг на пяточках;</p> <p>-шаг с высоким подъёмом колен;</p> <p>- разминка «Часики»;</p> <p>- партерный экзерсис:</p> <p>-поочередные махи ног из положения «кошечки»</p> <p>- игровая растяжка</p> <p>-отработка движений из третьего куплета к танцу «Отмените войну»</p> <p>- игра «Интервал».</p> |
| 2. «Яркие краски» | <p>- вход в зал;</p> <p>- приветствие;</p> <p>- "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский;</p> <p>-шаг с носка;</p> <p>-шаг на пяточках;</p> <p>-шаг с высоким подъёмом колен;</p> <p>- разминка «Часики»;</p> <p>- партерный экзерсис:</p> <p>-поочередные махи ног из положения «кошечки»</p> <p>- игровая растяжка</p> <p>-изучение 1 связки к танцу «Отмените войну»</p> <p>- игра «Замри».</p> |
| 3. «Грустный лебедь» | <p>- вход в зал;</p> <p>- приветствие;</p> <p>- "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский;</p> <p>-шаг с носка;</p> <p>-шаг на пяточках;</p> <p>-шаг с высоким подъёмом колен;</p> <p>- разминка «Часики»;</p> <p>- партерный экзерсис:</p> <p>-поочередные махи ног из положения «кошечки»</p> <p>- игровая растяжка</p> <p>-изучение 2 связки к танцу «Отмените войну»</p> <p>- игра «Повтори».</p> |
| 4. Совместная репетиция | <p>- вход в зал;</p> <p>- приветствие;</p> <p>- "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский;</p> <p>-шаг с носка;</p> |

| | |
|-------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - отработка связок между куплетами к танцу «Отмените войну» - игра «Поэтический образ». |
| 5. Повторение | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - Повторение танца «Кружево» - игра «Интервал». |
| 6. Повторение | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - партерный экзерсис: - поочередные махи ног из положения «кошечки» - игровая растяжка - Повторение танца «Ляля рулит» - игра на сплоченность «Солнышко и лучики». |
| 7. «Мы- дружная семья» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; - подготовка к отчетному концерту: - репетиция выходов и построений перед каждым танцем, - репетиция поклона и ухода после каждого танца, |

| | |
|-----------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none">-примерка костюмов и фиксация времени на переодевание.-внесение корректировок.- игра на сплоченность «Солнышко и лучики». |
| 8. «Генеральная репетиция» | <ul style="list-style-type: none">- вход в зал;- приветствие;-Генеральная репетиция: Отработка сценария отчетного концерта в четкой последовательности со всеми участниками концерта. Отработка последних корректировок. |

Старшая группа

| Тема занятия | Содержание занятия |
|----------------------------------|--|
| ОКТАБРЬ | |
| 1. Вводное занятие | Знакомство с ребятами. Беседа с детьми «Почему мы любим танцевать?». Разминка "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; Диагностика уровней музыкально-двигательных способностей детей на начало года. |
| 2. «Вежливые ребята» | -отрабатывание музыкально-ритмических движений: -шаг на носках, -шаг на пятках, -шаг с высоким подъемом колена, -бег, -прыжки под музыку, -прохлопывание ритма под музыку. -совершенствовать движения рук: - 1-3 позиция рук. - плавность выполнения круговых движений кистей, - обучение ассиметричным движениям рук. |
| 3. «Детский альбом» | - отрабатывание музыкально-ритмических движений: -шаг на носках, -шаг на пятках, -шаг с высоким подъемом колена, -бег, -прыжки под музыку, -прохлопывание ритма под музыку. -совершенствовать ориентацию в пространстве: -построение в круг из свободного размещения по залу и обратно, -обход по залу «цепочкой» по диагонали, -перестроение в шахматном порядке из двух колон и обратно. |
| 4. «Музыкальная фантазия» | Отрабатывание музыкально-ритмических движений: -шаг на носках, -шаг на пятках, -шаг с высоким подъемом колена, -бег, -прыжки под музыку, -прохлопывание ритма под музыку. -выполнять несколько движений под одно музыкальное сопровождение. Импровизация. Сначала под показ педагога, затем самостоятельно. |
| 5. «Музыкальный батл» | Отрабатывание музыкально-ритмических движений: |

| | |
|--------------------------------------|--|
| | <p>-шаг на носках, -шаг на пятках, -шаг с высоким подъемом колена, -бег, -прыжки под музыку, -прохлопывание ритма под музыку. -выполнять движения по подгруппам, учить наблюдать за движущимися детьми. Одна группа показывает под короткий знакомый музыкальный отрезок импровизированные движения, вторая группа наблюдает, затем пытается повторить. и наоборот.</p> |
| <p>6. «Музыкальный батл»</p> | <p>Отрабатывание музыкально-ритмических движений: -шаг на носках, -шаг на пятках, -шаг с высоким подъемом колена, -бег, -прыжки под музыку, -прохлопывание ритма под музыку. -выполнять движения по подгруппам, учить наблюдать за движущимися детьми. Одна группа показывает под короткий знакомый музыкальный отрезок импровизированные движения, вторая группа наблюдает, затем пытается повторить. и наоборот.</p> |
| <p>7. «Веселые обезьянки»</p> | <p>Отрабатывание музыкально-ритмических движений: -шаг на носках, -шаг на пятках, -шаг с высоким подъемом колена, -бег, -прыжки под музыку, -прохлопывание ритма под музыку. -отрабатывать галоп в разных вариантах: -галоп, -галоп боковой, -галоп спиной в круг.</p> |
| <p>8. «Веселые пружинки»</p> | <p>Отрабатывание музыкально-ритмических движений: -шаг на носках, -шаг на пятках, -шаг с высоким подъемом колена, -бег, -прыжки под музыку, -прохлопывание ритма под музыку. -отрабатывание прыжков в разных вариантах: -подскоки,</p> |

| | |
|------------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на двух ногах вправо и влево, - прыжки «ножницы». |
| 9. «Веселые лошадки» | <p>Отрабатывание музыкально-ритмических движений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг на носках, - шаг на пятках, - шаг с высоким подъемом колена, - бег, - прыжки под музыку, - прохлопывание ритма под музыку. <p>-отрабатывание подскоков в разных вариантах:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подскоки под разный счет на 2, на счет 4. - подскоки с выбросом одной ноги. |
| НОЯБРЬ | |
| 1. «Мама» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - положения рук в 1-4 позиции; - положение ног в 1-3 позиции; - приседание в 1 позиции; - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - изучение отдельных элементов к танцу «Мама» |
| 2. Разучивание танца «Мама» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - положения рук в 1-4 позиции; - положение ног в 1-3 позиции; |

| | |
|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> -приседание в 1 позиции; -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - изучение парных элементов к танцу «Мама» |
| <p>3. Разучивание танца «Мама»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -положения рук в 1-4 позиции; -положение ног в 1-3 позиции; -приседание в 1 позиции; -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - изучение 1 связки к танцу «Мама» |
| <p>4. Разучивание танца «Мама»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -положения рук в 1-4 позиции; -положение ног в 1-3 позиции; -приседание в 1 позиции; -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, |

| | |
|---|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- изучение 2 связки к танцу «Мама»</p> |
| <p>5. Разучивание танца «Мама»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - положения рук в 1-4 позиции; - положение ног в 1-3 позиции; - приседание в 1 позиции; - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка 2 связки к танцу «Мама»</p> |
| <p>6. Разучивание танца «Мама»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - положения рук в 1-4 позиции; - положение ног в 1-3 позиции; - приседание в 1 позиции; - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», |

| | |
|------------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка 2 связки к танцу «Мама»</p> |
| 7. Разучивание танца «Мама» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - положения рук в 1-4 позиции; - положение ног в 1-3 позиции; - приседание в 1 позиции; - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка всех связок к танцу «Мама»</p> |
| 8. Разучивание танца «Мама» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка синхронности движений танца «Мама»</p> |
| ДЕКАБРЬ | |
| 1. «Зимнее настроение» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; |

| | |
|-----------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - изучение отдельных движений к танцу «Кружево» |
| <p>2. «Зимние кружева»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - изучение отдельных парных к танцу «Кружево» |
| <p>3. «Узоры»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, |

| | |
|-------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- изучение 1 связки к танцу «Кружево»</p> |
| 4. «Снежинки» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка 1 связки к танцу «Кружево»</p> |
| 5. «Зимнее настроение» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- изучение 2 связки к танцу «Кружево»</p> |
| 6. «Зимние горки» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; |

| | |
|-------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - отрабатывание 2 связки к танцу «Кружево» |
| 7. «Вьюга» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - отрабатывание всех связок к танцу «Кружево» |
| 8. «Кружевные снежинки» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П. Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, |

| | |
|--------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - отрабатывание синхронности танца «Кружево» |
| ЯНВАРЬ | |
| 1. «Ручеек» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - изучение отдельных движений к танцу «Русское поле» |
| 2. «Русское поле» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - изучение 1 связки к танцу «Русское поле» |
| 3. «Хоровод» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; |

| | |
|----------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - отработка 1 связки к танцу «Русское поле» |
| <p>4. «Веселый галоп»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - изучение 2 связки к танцу «Русское поле» |
| <p>5. «Каблучок»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, |

| | |
|-------------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка 2 связки к танцу «Русское поле»</p> |
| <p>6. «Расческа»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка танца «Русское поле».</p> |
| <p>ФЕВРАЛЬ</p> | |
| <p>1. «Веселый каблучок»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- изучение отдельных элементов к танцу «Я морячка, ты моряк».</p> |

| | |
|--|--|
| <p>2. «Матросский галоп»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - изучение 1 связки к танцу «Я морячка, ты моряк». |
| <p>3. «Морское путешествие»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - изучение 1 связки к танцу «Я морячка, ты моряк». |
| <p>4. «За штурвалом я стою»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; |

| | |
|------------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- изучение 2 связки к танцу «Я морячка, ты моряк».</p> |
| <p>5. «Веселые морячки»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- изучение 2 связки к танцу «Я морячка, ты моряк».</p> |
| <p>6. «Вперед и назад»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- соединение связок, отработка танца «Я морячка, ты моряк».</p> |

| | |
|--------------------------|---|
| 7. «Матросы» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - отработка синхронности танца «Я морячка, ты моряк». |
| 8. «Я морячка, ты моряк» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - отработка синхронности танца «Я морячка, ты моряк». |
| МАРТ | |
| 1. «Радуга» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; |

| | |
|------------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - изучение отдельных элементов к танцу «Отмените войну». |
| <p>2. «Кисти и краски»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - изучение парных элементов к танцу «Отмените войну». |
| <p>3. «Грустный лебедь»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: |

| | |
|-----------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- изучение 1 связки к танцу «Отмените войну».</p> |
| 4. «Танец птиц» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка 1 связки к танцу «Отмените войну».</p> |
| 5. «Яркие краски» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- изучение 2 связки к танцу «Отмените войну».</p> |
| 6. «Грустный лебедь» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом |

| | |
|-----------------------------------|---|
| | <p>колен;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка 2 связки к танцу «Отмените войну».</p> |
| <p>7. «Волна»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». <p>- отработка всех связок к танцу «Отмените войну».</p> |
| <p>8. «Отмените войну»</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: |

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - отработка синхронности танца «Отмените войну». |
| АПРЕЛЬ | |
| 1. «Грусть» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - отработка синхронности танца «Отмените войну». |
| 2. «Совместная репетиция танца» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - отработка синхронности танца «Отмените войну». |
| 3. Повторение | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; |

| | |
|----------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - повторение танца «Мама» |
| <p>4.Повторение</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, - поочередные махи ногами лежа на боку, - поочередные махи ног из положения «кошечки» - упражнения на развитие мышц спины: - «лодочка», - «коробочка», - «корзиночка». - повторение танца «Кружево» |
| <p>5.Повторение</p> | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; - шаг с носка; - шаг на пяточках; - шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: - переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; - поочередный подъем ног с вытянутым носком, |

| | |
|-----------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - повторение танца «Я морячка, ты моряк» |
| 6.Повторение | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Стройка»; - партерный экзерсис: -переход ноги с носка на каблук; - упражнения на полу на развитие силы ног; -поочередный подъем ног с вытянутым носком, -поочередные махи ногами лежа на боку, -поочередные махи ног из положения «кошечки» -упражнения на развитие мышц спины: -«лодочка», -«коробочка», -«корзиночка». - повторение танца «Отмените войну». |
| 7. «Мы- дружная семья» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; - "Марш" из балета "Щелкунчик" П.Чайковский; -шаг с носка; -шаг на пяточках; -шаг с высоким подъёмом колен; - разминка «Часики»; -подготовка к отчетному концерту: -репетиция выходов и построений перед каждым танцем, -репетиция поклона и ухода после каждого танца, -примерка костюмов и фиксация времени на переодевание. -внесение корректировок. - игра на сплоченность «Солнышко и лучики». |
| 8. «Генеральная репетиция» | <ul style="list-style-type: none"> - вход в зал; - приветствие; -Генеральная репетиция: Отработка сценария отчетного концерта в четкой последовательности со всеми участниками концерта. Отработка последних корректировок. |

3.2 Методика выявления уровня развития чувства ритма

(РАЗРАБОТАНА НА ОСНОВЕ МЕТОДИК А.Н.ЗИМИНОЙ И А.И.БУРЕНИНОЙ).

Цель: выявление уровня развития чувства ритма.

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

Средний дошкольный возраст

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение.

1) *соответствие движений характеру музыки с контрастными частями:*

- высокий* – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений в соответствии с изменением характера музыки, чувствует начало и конец музыки;
- средний* – производит смену движений с запаздыванием, по показу взрослого;
- низкий* – смену движений не производит, не чувствует начало и конец музыки.

2) *соответствие движений ритму музыки:*

- высокий* – ребёнок чётко ритмично выполняет движения;
- средний* – выполняет движения с ошибками;
- низкий* – движения выполняются неритмично.

3) *соответствие движений темпу музыки:*

- высокий* – ребёнок чувствует смену темпа, самостоятельно отмечает это сменой движения;
- средний* – чувствует смену темпа с запаздыванием, движения меняет по показу взрослого или других детей;
- низкий* – не чувствует смену темпа, движения меняет с большим опозданием.

4) *координация движений и внимание («Ритмическое эхо» со звучащими жестами):*

- высокий* – ребёнок выполняет все движения без ошибок;
- средний* – допускает 1-2 ошибки;
- низкий* – не справляется с заданием.

Воспроизведение метра и ритма.

1) *воспроизведение метрической пульсации музыкального произведения в хлопках:*

- высокий* – ребёнок точно воспроизводит метрическую пульсацию музыкального произведения;
- средний* – на протяжении выполнения задания кратковременно теряет ощущение метра (спешит, запаздывает), но в целом справляется с заданием.
- низкий* – беспорядочные хлопки.

2) *воспроизведение ритма знакомой песни под пение педагога или своё пение:*

- высокий* – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок знакомой песни
- средний* – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;
- низкий* – неверно воспроизводит ритм песни.

3) *воспроизведение ритмического рисунка в хлопках («Ритмическое эхо»):*

- высокий* – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;
- средний* – допускает 2-3 ошибки;
- низкий* – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

Старший дошкольный возраст.

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение.

1) передача в движении характера знакомого музыкального произведения (3-х частная форма):

высокий – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

2) передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

средний – движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

3) соответствие ритма движений ритму музыки:

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

4) координация движений и внимание («ритмическое эхо со звучащими жестами»):

высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием.

Воспроизведение ритма.

1) воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение:

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок знакомой песни;

средний – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

2) воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на инструменте:

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок мелодии;

средний – воспроизводит ритм песни с ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

3) воспроизведение ритма песни шагами:

высокий – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу;

средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

4) воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах («ритмическое эхо»):

высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний – допускает 2-3 ошибки;

низкий – не верно воспроизводит ритмический рисунок

2. Творчество.

1) сочинение ритмических рисунков:

высокий – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

средний – использует стандартные ритмические рисунки;

низкий – не справляется с заданием.

2) танцевальное:

высокий – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

средний – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка

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

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

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

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

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

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

1 балл - неверное выполнение движений.

- **Творческие проявления** - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

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

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

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.

3см и меньше – низкий уровень (1 балл).

4-7см – средний уровень (2 балла)

8-11см – высокий уровень (3 балла).

Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).

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

3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

- **Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

Упражнение «Кто из лесу вышел?»

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

Упражнение «Заведи мотор».

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

Упражнение «Страусы».

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

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

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

- **Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения

упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

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

Упражнения с ладошками.

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).
2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).
3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.
4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

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

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

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.

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

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

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

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

1. Режим дня.

Занятия проводятся во второй половине дня по вторникам и четвергам в 15.30 часов.

2. Учебный план.

Программа рассчитана на 1 год обучения и рекомендуется для занятий детей с 4 до 7 лет.

Рабочая программа танцевального кружка предлагает проведение занятий 2 раза в неделю. Исходя из календарного года (с 1 октября по 30 апреля) количество часов, отведенных для занятий танцевального кружка 120 ч.

Занятия длятся в средней группе 30 мин, в старшей 40 мин.

| Группа | Продолжительность занятий | Количество занятий в неделю | Количество занятий в год |
|----------------|---------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| Средняя группа | 30 мин. | 2 | 28 |
| Старшая группа | 40мин. | 2 | 29 |

3. Материально – техническое обеспечение:

1. Музыкальный зал.

2. Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности.
3. Флешки.
4. Аппаратура для озвучивания занятий: портативная колонка, музыкальный центр.
5. Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.

4. Условия реализации программы. Организация предметно-пространственной развивающей среды.

К организации предметно-пространственной среды относятся условия, обеспечивающие качество уровня развития у дошкольников танцевально-творческих навыков:

- музыкальный зал, специально оборудованный танцевальный зал с зеркалами;
- наличие музыкальной аппаратуры, музыкальный центр, компьютер, мультимедиаплеер;
- наличие музыкально-танцевальных игр, пособий и атрибутов к танцам;
- костюмерная с достаточным количеством костюмов для танцевального творчества дошкольников, выступлений;

IV. Используемая литература:

- Барышникова Т. Азбука хореографии - М.: Айрис-пресс, 1999. – 264 с.
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
- Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
- Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
- Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
- Калинина О.Н. Планета танца. – Харьков «Факт», 2016. – 71 с.
- Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
- Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
- Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.

V. Лист корректировки программы