

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 10
КОПЕЙСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ
(МДОУДС № 10)

юр. адрес: 456602 Челябинская область, г. Копейск, ул. Международная, 76 а
фактич. адрес: 456602 Челябинская область, г. Копейск, ул. Международная, 76 а
Тел.: (8-35139) 6-04-25 e-mail: mday_10@inbox.ru

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
протокол № 3
от «12» сентября 2017 г.



УТВЕРЖДЕНО:
ПРИКАЗОМ № 10-09
от «12» сентября 2017 г.
Костромитина Н.А.

Программа студии «Танцевальный калейдоскоп»
художественной направленности
А.Я.Ваганова
Срок обучения 4 года

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Цели, задачи и содержание Программы	4
3. Календарный учебный график	6
4. Учебный план	7
5. Учебно-тематический план	7
6. Календарно-тематический план	18
7. Диагностика. Основные требования к уровню подготовки детей по хореографии	35
8. Список используемой литературы	38

Пояснительная записка

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОО предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника, определяется через выбор хореографического направления. Программа «Танцевальный калейдоскоп» строится на обширном изучении русского народного танца, наиболее понятного и доступного детям дошкольникам.

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

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

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником 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.

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

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

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

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

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Вагановой, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и других.

Программа «Танцевальный калейдоскоп» рассчитана на три года обучения и рекомендуется для занятий детей с 3 до 7 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Длительность занятий составляет 45 минут. Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (сентябрь), итоговая (май).

Цель – 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:

1. Обучающая - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и 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, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в парах.

Содержание программы

1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? Партерный экзерсис - это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повисить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп. Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

4. Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Танцевальный калейдоскоп».

5. Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями, внесут свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями,

построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность. А из народной комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды построенными на данных движениях.

6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. С каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7. Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например, веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также, как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

**Календарный учебный график студии «Танцевальный калейдоскоп»
МДОУДС № 10 на 2016-2017 учебный год**

Начало учебного года	05.09.2016				
Окончание учебного года	31.05.2017				
Учебный год	2016 – 2017				
Количество учебных недель	35				
1-ый квартал	сентябрь, октябрь, ноябрь				
2-ой квартал	декабрь, январь, февраль				
3-ий квартал	март, апрель, май				
Праздничные дни	04.11.2016, 01.01.2017, 07.01.2017, 23.02.2017, 24.02.2017, 08.03.2017, 01.05.2017, 09.05.2017				
Каникулы	29.12.2016 – 08.01.2017				
	Возрастные группы				
	от 2-х до 3-х лет	от 3-х до 4-х лет	от 4-х до 5-ти лет	от 5 до 6–ти лет	от 6-ти до 7-ми лет
Максимально допустимый объем образовательной нагрузки во 2-ой половине дня	-	-	45 мин.	45 мин.	45 мин.
Мониторинг реализации по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам	Сентябрь, 2016 г.: - мониторинг для детей, принятых в студии Май, 2017 г.: - итоговый мониторинг				

Учебный план

Месяцы	9	10	11	12	1	2	3	4	5	Общее кол-во часов
Вводное занятие	2	-	-	-	-	-	-	-	-	2
Партерная гимнастика	2	2	2	1	1	2	1	1	1	13
Упражнения на ориентировку в пространстве	2	2	2	1	1	2	1	1	1	13
Упражнения для разминки	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
Народный танец	1	1	1	2	2	1	2	2	1	13
Классический танец	-	1	1	2	1	1	2	2	1	11

Бальный танец	-	1	1	1	1	1	1	1	1	8
Диагностика/ повторение	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1
Всего за месяц/год	8	8	8	8	7	8	8	8	7	70

Диагностика. Основные требования к уровню подготовки детей по хореографии

Дети младшего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет)

знает	имеет представление	умеет
Элементы партерной гимнастики	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на ориентировку в пространстве	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях	- линия; - колонка; - круг; - движения по линии танца и против линии танца
Упражнения для разминки		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца	О классическом танце и балете в целом	- позиции рук; - перевод рук из одного положения в другое; - постановка корпуса
Положения и движения ног классического танца		- позиции ног; - relieve; - demi – plie; - sotte; - различные виды бега и танцевальных шагов; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек
Положения и движения рук народного танца	О русском народном танца, о русских традиция и праздниках	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; - взмахи платочком и кистью; - «полочка»
Положения и движения ног		- позиции ног;

народного танца		- battement tendu в народном характере с переводом с носка на каблук; - притопы; - приставные шаги; - танцевальные движения
Этюды	О танце как виде сценического искусства	Сюжетный танец «Лето»

Дети среднего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет)

знает	имеет представление	умеет
Квадрат А.Я.Вагановой	О классическом танце	Ориентироваться в танцевальном зале
Положения и движения рук классического танца.	О port de bras (классического танца).	Правильно переводить руки из одного положения в другое
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса)	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту)
Положения и движения рук народного танца: (положение кисти на талии, port de bras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.)	О русском народном танце.	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши
Положения рук в паре	О работе партнеров в паре	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре
Движения ног народного танца	О русском народном танце (мальчики) – о присядке	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту. Правильно выполнять резкое и плавное приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах
Упражнения на ориентировку в пространстве	О танцевальных рисунках	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»;

		<ul style="list-style-type: none"> - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка»
Движения бального танца	Об историко-бытовом танце	Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Уметь чувствовать своего партнера.
Этюды	О различных танцевальных направлениях	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки

Дети старшего дошкольного возраста (от 5 до 7 лет)

знает	имеет представление	умеет
Элементы классического экзерсиса на середине	О классическом танце	<ul style="list-style-type: none"> - port de bras; - demi – plie; - battement tendu; - passé; - relleve
Элементы народного танца	О русском народном танце	<ul style="list-style-type: none"> - поклон в русском характере; - различные виды шагов; - танцевальные движения; <p>(мальчики):</p> <ul style="list-style-type: none"> - присядку; - виды хлопков; - «гусиный шаг»; <p>(девочки):</p> <ul style="list-style-type: none"> - вращение на полупальцах
Элементы бальных танцев	О танцах: <ul style="list-style-type: none"> - «Полька»; - «Вальс»; - «Чарльстон» 	Исполнять танцевальные движения различных танцев. Отличить движение «Вальса» от «Полонеза» или «Польки» от «Чарльстона»
Этюды	О различных танцевальных направлениях	Безошибочно танцевать тренировочные этюды, передавая характер и темп музыкального сопровождения

Содержание программы

1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении всего периода обучения.

2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? Партерный экзерсис - это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп. Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

4. Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Танцевальный калейдоскоп».

5. Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями, внесут свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более

насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность. В дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды построенными на данных движениях.

6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7. Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

Учебно-тематический план

Младшая группа (занятия проводятся 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование
1.	<u>Вводное занятие</u>
2.	<u>Партерная гимнастика:</u> <ul style="list-style-type: none">- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп;- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса
3.	<u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> <ul style="list-style-type: none">- игра «Найди свое место»;- простейшие перестроения: круг;- сужение круга, расширение круга;- различие правой, левой руки, ноги, плеча;- повороты вправо, влево
4.	<u>Упражнения для разминки:</u> <ul style="list-style-type: none">- повороты головы направо, налево;- наклоны головы вверх, вниз, направо, налево;- наклоны корпуса назад, вперед, в сторону;- движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Стирка», «Незнайка»;- движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх;- «Качели» (плавный перекаат с полупальцев на пятки);- чередование шагов на полупальцах и пяточках;- «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра);- бег на месте и с продвижением вперед и назад
5.	<u>Классический танец.</u> <i>1. Постановка корпуса.</i> <i>2. Положения и движения рук:</i>

	<ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти; - раскрытие и закрывание рук, подготовка к движению; <p><i>3. Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie (по 6 позиции); - relieve (по 6 позиции); - sette (по 6 позиции); - легкий бег на полупальцах; - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <p><i>4. Танцевальные комбинации</i></p>
6.	<p><u>Народный танец.</u></p> <p><i>1. Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к началу движения (ладошка на талии); - хлопки в ладоши; - взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.); - положение «полочка» (руки перед грудью) <p><i>2. Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая); - простой бытовой шаг; - «Пружинка» - маленькое тройное приседание (по 6 позиции); - battement tendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере; - притоп простой, двойной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами; - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции; - простой приставной шаг с притопом; - поднимание и опускание ноги, согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без); - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения); - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода

	<p>движения);</p> <ul style="list-style-type: none"> - приставные шаги по парам, лицом друг к другу (положение рук «лодочка»); - поклон в русском характере (без рук). <p>3. <i>Танцевальные комбинации</i></p>
7.	<p>Танцевальные этюды, танцы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетный танец «Лето»
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию
9.	Итоговое контрольное занятие
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста
ИТОГО: 70	

Средняя группа (занятия проводятся 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование
1.	<u>Вводное занятие</u>
2.	<p><u>Партерная гимнастика:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; - упражнения для улучшения гибкости позвоночника; - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; - упражнения для исправления осанки; - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса
3.	<p><u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия колонка; - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал; - различие правой, левой руки, ноги, плеча; - повороты вправо, влево;

	- пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7);
4.	<p><u>Упражнения для разминки:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, «Марионетки»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Стирка», «Незнайка»; - повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; - повороты плеч с одновременным полуприседанием; - движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх; - «Качели» (плавный перекаат с полупальцев на пятки); - чередование шагов на полупальцах и пяточках; - прыжки поочередно на правой и левой ноге; - простой бег (ноги забрасываются назад); - «Цапелки» (шаги с высоким подниманием бедра); - «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра); - «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед); - прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без; - бег на месте и с продвижением вперед и назад.
5.	<p><u>Классический танец.</u></p> <p>1. <i>Постановка корпуса.</i></p> <p>2. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению; <p>3. <i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie (по 6 позиции); - relieve (по 6 позиции); - sotto (по 6 позиции); - легкий бег на полупальцах;

- танцевальный шаг;
- танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции);
- перенос корпуса с одной ноги на другую (через *battement tendu*);
- реверанс для девочек, поклон для мальчиков.

4. *Танцевальные комбинации.*

6. Народный танец.

1. *Положения и движения рук:*

- подготовка к началу движения (ладошка на талии);
- хлопки в ладоши;
- взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.);
- положение «полочка» (руки перед грудью);
- положение «лодочка».

2. *Положения и движения ног:*

- позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая);
- простой бытовой шаг;
- «Пружинка» - маленькое тройное приседание (по 6 позиции);
- «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса;
- *battement tendu* вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере;
- *battement tendu* вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием;
- притоп простой, двойной, тройной;
- ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами;
- простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции;
- простой приставной шаг с притопом;
- поднимание и опускание ноги, согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без);
- приставной шаг с приседанием;
- приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения);
- приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота;
- приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения);
- приставные шаги по парам, лицом друг к другу (положение рук «лодочка»);
- «елочка»;
- «ковырялочка»;

	- поклон в русском характере (без рук). <i>3. Танцевальные комбинации.</i>
7.	Танцевальные этюды, танцы: - сюжетный танец «Лето».
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
9.	Итоговое контрольное занятие.
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 70	

Старшая группа (занятия проводятся 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года
2.	<p><u>Классический танец:</u></p> <p>1. <i>Повтор обучения</i></p> <p>2. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А.Я.Вагановой. <p>3. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - перевод рук из одного положения в другое. <p>4. <i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные); - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; - танцевальный шаг назад в медленном темпе; - шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад); - <i>relleve</i> по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2, 1/4, 1/8); - <i>demi-plié</i> по 1,2,3 поз; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - <i>sotte</i> по 1,2,6 поз; - <i>sotte</i> в повороте (по точкам зала)

5. Танцевальные комбинации

4.

Народный танец:

1. Повтор обучения.

2. Положения и движения рук:

- положение на поясе – кулачком;
- смена ладошки на кулачок;
- переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца);
- хлопки в ладоши – двойные, тройные;
- руки перед грудью – «полочка»;
- «приглашение».

3. Положение рук в паре:

- «лодочка» (поворот по руку);
- «под ручки» (лицом вперед);
- «под ручки» (лицом друг к другу);
- сзади за талию (по парам, по тройкам).

4. Движения ног:

- шаг с каблука в народном характере;
- простой шаг с притопом;
- простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта);
- простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию);
- battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз, в сочетании с demi-plie;
- battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз, в сочетании с притопом;
- притоп простой, двойной, тройной;
- простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу;
- простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад;
- танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга);
- простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад;
- простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками;
- танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию);
- прыжки с поджатыми ногами;
- «шаркающий шаг»;

- «елочка»;
- «гармошка»;
- поклон на месте с руками;
- поклон с продвижением вперед и отходом назад;

- боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции;
- «ковырялочка» с двойным и тройным притопом;
- «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.

(мальчики)

- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции);
- подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция).

(девочки)

- простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями)
- маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»;
- бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»

5. Упражнения на ориентировку в пространстве:

- диагональ;
- простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре;
- «звездочка»;
- «ручеек»;
- «змейка».

6. Танцевальные комбинации

5. Бальный танец:

1. Постановка корпуса, головы, рук и ног.

1. Движения ног:

- шаги: бытовой, танцевальный;
- поклон и реверанс;
- «боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям);
- «пике» (одинарный, двойной) в прыжке;
- легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед.

2. Движения в паре:

- (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика;
- «боковой галоп» вправо, влево;
- легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону.

	<p>3. <i>Положения рук в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основная позиция; - «корзиночка» <p>4. <i>Танцевальные комбинации.</i></p>
6.	<p>Этюды:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетный танец «Полька» - «Кадриль» - «Мы звезды»
7.	Подготовка к итоговому контрольному занятию
8.	Итоговое контрольное занятие
9.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста
ИТОГО: 70	

Подготовительная группа (занятия 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года
2.	<p><u>Классический танец:</u></p> <p>1. <i>Повтор обучения</i></p> <p>2. <i>Движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - port de bras. <p>3. <i>Движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -demi-plie ; - battement tendu; - passé; - relleve. <p>4. <i>Танцевальные комбинации</i></p>
3.	<p><u>Народный танец:</u></p> <p>1. <i>Повтор обучения.</i></p> <p>2. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - переводы рук из одного положения в другое;

- скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»;
- скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики);
- взмахи платочком (девочки).

3. Движения ног:

- поклон в русском характере;
- кадильный шаг с каблука;
- шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу);
- пружинящий шаг;
- хороводный шаг;
- хороводный шаг с остановкой ноги сзади;
- хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок;
- переменный ход вперед, назад;
- «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук);
- ковырялочка с подскоком;
- боковое «припадание» по 3 поз;
- «припадание» в повороте;
- перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону;
- поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад);
- подготовка к «веревочке»;
- «веревочка»;
- прыжок с поджатыми;

(девочки):

- вращение на полупальцах;

(мальчики):

- присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»);
- присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу;
- присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук;
- скользящий хлопок по бедру, по голени;
- одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад;
- «гусиный шаг».

4. Движения в паре:

- соскок на две ноги лицом друг к другу;
- пружинящий шаг под ручку (в повороте).

	<p>6. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «воротца»; - «карусель» <p>5. <i>Танцевальные комбинации</i></p>
4.	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. <i>Повтор обучения.</i></p> <p>2. <i>Положения и движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - раг польки (по одному, по парам); - раг польки в сочетании с подскоками; - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад); - прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам). <p><i>Вальс:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - раг вальса (по одному, по парам); - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад). <p><i>Чарльстон:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основное движение – «чарльстона»; - двойной чарльстон; - чередование одинарного и двойного чарльстона; - чарльстон с точкой вперед, назад, с продвижением вперед, назад, с поворотом; - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны. <p>3. <i>Движения в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину; - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта). <p>4. <i>Танцевальные комбинации</i></p>
5.	<p>Этюды:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Русская плясовая»; - «Полька»; - «Чарльстон»
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию
7.	Итоговое контрольное занятие
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного

	возраста
ИТОГО: 70	

Календарно-тематический план
Младшая группа (занятие 2 раза в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> <i>Вводное занятие</i>	<u>Занятие 2.</u> <i>Вводное занятие</i>	<u>Занятие 3.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп	<u>Занятие 4.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения для улучшения гибкости позвоночника
	<u>Занятие 5.</u> <i>Партерная гимнастика.</i> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - игра «Найди свое место»	<u>Занятие 6.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения для улучшения гибкости позвоночника	<u>Занятие 7.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	<u>Занятие 8.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 9.</u> (классический танец) <i>Постановка корпуса.</i> <i>Положения и движения рук:</i> - подготовительная позиция	<u>Занятие 10.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плечами «Стирка»,	<u>Занятие 11.</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - подготовка к началу движения (ладошка на талии)	<u>Занятие 12.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - 6 позиция. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и

		«Незнайка»		пяточках (чередование шагов)
	<u>Занятие 13.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: круг	<u>Занятие 14.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга	<u>Занятие 15.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - простой бытовой шаг	<u>Занятие 16.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах
Н О Я Б Р Ь	<u>Занятие 17.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево	<u>Занятие 18.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - «Пружинка» - маленькое тройное приседание (по 6 позиции)	<u>Занятие 19.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра	<u>Занятие 20.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - чередование шагов на полупальцах и пяточках; - прыжки поочередно на правой и левой ноге
	<u>Занятие 21.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - движения руками: руки свободно опущены вниз, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх	<u>Занятие 22.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад	<u>Занятие 23.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра	<u>Занятие 24.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> -sote (6 позиции)
Д Е К А Б Р	<u>Занятие 25.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (выворотные 1,2,3)	<u>Занятие 26.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (свободные 1,2,3)	<u>Занятие 27.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Стирка», «Незнайка»	<u>Занятие 28</u> (классический танец) <i>Положения и движения рук:</i> - позиции рук (1, 2, 3)

Б	<u>Занятие 29.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая)	<u>Занятие 30.</u> (классический танец) <i>Положения и движения рук:</i> - постановка кисти; - подготовительная позиция	<u>Занятие 31.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (свободные 1,2,3)	<u>Занятие 32.</u> (классический танец) <i>Положения и движения рук:</i> - постановка кисти; - подготовительная позиция
Я Н В А Р Б	<u>Занятие 33.</u> (классический танец) <i>Положения и движения рук:</i> - раскрывание и закрывание рук	<u>Занятие 34.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie (6 поз.)	<u>Занятие 35.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu на носок с переводом на каблук в русском характере <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши	<u>Занятие 36.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - притоп простой, двойной, - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами
	<u>Занятие 37.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - relleve по 6 позиции	<u>Занятие 38.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu вперёд, сторону на носок с переводом на каблук в русском характере	<u>Занятие 39.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu вперёд, сторону на носок с переводом на каблук в русском характере	
Ф Е В Р А Л Б	<u>Занятие 40.</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - повороты вправо, влево (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - танцевальный шаг	<u>Занятие 41.</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - взмахи платочком (дев.); - взмах кистью (мал.)	<u>Занятие 42.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - поднимание и опускание ноги, согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без)	<u>Занятие 43.</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - «Полочка» (наклон по ходу движения)
	<u>Занятие 44.</u> (классический танец)	<u>Занятие 45.</u> (народный танец) <i>Положения и</i>	<u>Занятие 46.</u> (народный танец) <i>Положения и</i>	<u>Занятие 47.</u> (народный танец) <i>Положения и</i>

	<i>Положения и движения ног:</i> - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции)	<i>движения ног:</i> - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции	<i>движения ног:</i> - простой приставной шаг с притопом; - простой приставной шаг с приседанием	<i>движения ног:</i> - поднимание и опускание ноги, согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без)
М А Р Т	Занятие 48. (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения)	Занятие 49. (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам, лицом друг к другу	Занятие 50. (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - поднимание и опускание ноги, согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без)	Занятие 51. (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения)
	Занятие 52. (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами	Занятие 53. <i>Положения и движения рук:</i> - «Лодочка» (положение рук в паре)	Занятие 54. (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - приставные шаги с по парам, лицом друг к другу (положение рук «лодочка»)	Занятие 55. (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - поклон в русском характере (без рук)
А П Р Е Л Ь	Занятие 56. Упражнения для разминки - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево	Занятие 57. Упражнения для разминки - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Стирка», «Незнайка»	Занятие 58. Упражнения для разминки - «Качели» (плавный перекал с полупальцев на пятки)	Занятие 59. Упражнения для разминки - Чередование шагов на полупальцах и пяточках
	Занятие 60. (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - реверанс для девочек, поклон для мальчиков	Занятие 61. Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето»	Занятие 62. Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето»	Занятие 63. Упражнения для разминки - Чередование шагов на полупальцах и пяточках
М А	Занятие 64. Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето»	Занятие 65. (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - приставные шаги с	Занятие 66. (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i>	Занятие 67. (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - простой

Й		по парам, лицом друг к другу (положение рук «лодочка»)	- реверанс для девочек, поклон для мальчиков	приставной шаг с притопом
	<u>Занятие 68.</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию	<u>Занятие 69.</u> Итоговое контрольное занятие	<u>Занятие 70.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей	

Календарно-тематический план
Средняя группа (занятие 2 раза в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> <i>Вводное занятие</i>	<u>Занятие 2.</u> <i>Вводное занятие</i>	<u>Занятие 3.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп	<u>Занятие 4.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага
	<u>Занятие 5.</u> <i>Партерная гимнастика.</i> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7)	<u>Занятие 6.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения для развития подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра	<u>Занятие 7.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	<u>Занятие 8.</u> <i>Партерная гимнастика</i> - упражнения для исправления осанки
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 9.</u> (классический танец) <i>Постановка корпуса.</i> <i>Положения и движения ног:</i> -sote (6 позиция)	<u>Занятие 10.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, - наклоны корпуса назад, вперед, в	<u>Занятие 11.</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> -подготовка к началу движения (ладошка на талии).	<u>Занятие 12.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - 6 позиция. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Качели» (покачивание с полупальцев на

		<p>сторону;</p> <ul style="list-style-type: none"> - движения плеч; - движения руками 		<p>пяточки);</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов)
	<p><u>Занятие 13.</u></p> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия, колонка 	<p><u>Занятие 14.</u></p> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал 	<p><u>Занятие 15.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой бытовой шаг 	<p><u>Занятие 16.</u></p> <p>(классический танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на полупальцах
Н О Я Б Р Ь	<p><u>Занятие 17.</u></p> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево 	<p><u>Занятие 18.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса 	<p><u>Занятие 19.</u></p> <p><i>Упражнения для разминки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «Цапелки» - шаги с высоким подниманием бедра 	<p><u>Занятие 20.</u></p> <p><i>Упражнения для разминки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге
	<p><u>Занятие 21.</u></p> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - движения руками: руки свободно опущены вниз, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх 	<p><u>Занятие 22.</u></p> <p><i>Упражнения для разминки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад 	<p><u>Занятие 23.</u></p> <p><i>Упражнения для разминки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра 	<p><u>Занятие 24.</u></p> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7) <p>(классический танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -sote (6 позиция)

Д Е К А Б Р Ь	<u>Занятие 25.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (выворотные 1,2,3)	<u>Занятие 26.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая, закрытая)	<u>Занятие 27.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 1 прямой во 2 прямую (с работой рук и без)	<u>Занятие 28</u> (классический танец) <i>Положения и движения рук:</i> - позиции рук (1-3)
	<u>Занятие 29.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (свободные 1,2,3; 2 – прямая закрытая)	<u>Занятие 30.</u> (классический танец) <i>Положения и движения рук:</i> - постановка кисти; - подготовительная позиция; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к началу движения	<u>Занятие 31.</u> <i>Упражнения для разминки:</i> - прыжки из 6 позиции во 2 прямую позицию; - прыжки из 1 прямой во 2 прямую (с работой рук и без)	<u>Занятие 32</u> (классический танец) <i>Положения и движения рук:</i> - позиции рук (1-3)
Я Н В А Р Ь	<u>Занятие 33.</u> (классический танец) <i>Положения и движения рук:</i> - раскрывание и закрывание рук	<u>Занятие 34.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie (6 поз.)	<u>Занятие 35.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu на носок с переводом на каблук и одновременным приседанием. <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши	<u>Занятие 36.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами
	<u>Занятие 37.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - releve по 6 позиции подряд на каждый сет муз. такта и с фиксацией наверху	<u>Занятие 38.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - battement tendu вперед, сторону на носок с переводом на каблук в русском характере	<u>Занятие 39.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie (6 поз.)	

Ф Е В Р А Л Ь	<p><u>Занятие 40.</u></p> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <p>- пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7).</p> <p>(классический танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>-sote (6 позиция)</p>	<p><u>Занятие 41.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <p>- взмахи платочком (дев.);</p> <p>- взмах кистью (мал.)</p>	<p><u>Занятие 42.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- поднимание и опускание ноги, согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без)</p>	<p><u>Занятие 43.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <p>- «Полочка» (руки, согнутые в локтях, перед грудью)</p>
	<p><u>Занятие 44.</u></p> <p>(классический танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- танцевальный шаг;</p> <p>-танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции)</p>	<p><u>Занятие 45.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции</p>	<p><u>Занятие 46.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- простой приставной шаг с притопом;</p> <p>- простой приставной шаг с приседанием</p>	<p><u>Занятие 47.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- поднимание и опускание ноги, согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без)</p>
М А Р Т	<p><u>Занятие 48.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение «Полочка», наклон корпуса по ходу движения)</p>	<p><u>Занятие 49.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения);</p> <p>- приставные шаги по парам, лицом друг к другу</p>	<p><u>Занятие 50.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- «Ковырялочка»</p>	<p><u>Занятие 51.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- «Елочка»;</p> <p>- поклон в русском характере (без рук)</p>
	<p><u>Занятие 52.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону</p>	<p><u>Занятие 53.</u></p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <p>- «Лодочка» (положение рук в паре)</p>	<p><u>Занятие 54.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- «Ковырялочка» (с притопом)</p>	<p><u>Занятие 55.</u></p> <p>(народный танец)</p> <p><i>Положения и движения ног:</i></p> <p>- поклон в русском характере (без рук)</p>

	поворота			
А П Р Е Л Ь	<u>Занятие 56.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> -перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков	<u>Занятие 57.</u> Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето»	<u>Занятие 58.</u> Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето»	<u>Занятие 59.</u> Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето»
	<u>Занятие 60.</u> Упражнения для разминки Наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, «Марионетки»	<u>Занятие 61.</u> Упражнения для разминки Движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Стирка», «Незнайка»	<u>Занятие 62.</u> Упражнения для разминки «Качели» (плавный перекаат с полупальцев на пятки)	<u>Занятие 63.</u> Упражнения для разминки Чередование шагов на полупальцах и пяточках
М А Й	<u>Занятие 64.</u> <i>Положения и движения рук:</i> - «Лодочка» (положение рук в паре)	<u>Занятие 65.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - «Ковырялочка» (с притопом)	<u>Занятие 66.</u> (народный танец) <i>Положения и движения ног:</i> - поклон в русском характере (без рук)	<u>Занятие 67.</u> Танцевальные этюды: - сюжетный танец «Лето»
	<u>Занятие 68.</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию	<u>Занятие 69.</u> Итоговое контрольное занятие	<u>Занятие 70.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей	

Календарно-тематический план
Старшая группа (занятия 2 раза в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т	<u>Занятие 1.</u> <i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года</i>	<u>Занятие 2.</u> (классический танец) <i>Повторение обучения.</i> Положения и движения ног	<u>Занятие 3.</u> (классический танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> -положение прямо (анфас), полуоборот,	<u>Занятие 4.</u> (классический танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - квадрат

Я Б Р Ь			профиль	А.Я.Вагановой. <i>Положения и движения ног:</i> -sotte по 1, 2, 6 позиции по точкам зала
	<u>Занятие 5.</u> <i>Повторение обучения.</i> Упражнения на ориентировку в пространстве	<u>Занятие 6.</u> (классический танец) <i>Повторение обучения.</i> Положения и движения рук	<u>Занятие 7.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног(выворотные); - relleve по 1,2,3 позициям	<u>Занятие 8.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - sotte в повороте (по точкам зала)
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 9.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы	<u>Занятие 10.</u> (классический танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - свободное размещение по залу, пары, тройки. <i>Положения и движения ног:</i> - шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах	<u>Занятие 11.</u> (классический танец) <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца</i>	<u>Занятие 12.</u> (классический танец) <i>Сюжетный танец «Мотылек»</i>
	<u>Занятие 13.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в медленном темпе	<u>Занятие 14.</u> (классический танец) <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie с одновременной работой рук	<u>Занятие 15.</u> (классический танец) <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца</i>	<u>Занятие 16.</u> (классический танец) <i>Сюжетный танец «Мотылек»</i>
Н О	<u>Занятие 17.</u> (народный танец) <i>Повторение</i> Положения и движения ног	<u>Занятие 18.</u> (народный танец) <i>Повторение</i> Положения и движения ног	<u>Занятие 19.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - шаг с каблука в народном характере;	<u>Занятие 20.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с

Я Б Р Ь			- простой шаг с притопом	выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта)
	Занятие 21. (народный танец) <i>Повторение обучения</i> Положения и движения рук	Занятие 22. (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - положение рук на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок	Занятие 23. (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца)	Занятие 24. (народный танец) <i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию)
Д Е К А Б Р Ь	<u>Занятие 25</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plié	<u>Занятие 26.</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - «приглашение». <i>Движения ног:</i> - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу	<u>Занятие 27.</u> (народный танец) <i>Положения рук в паре:</i> - «лодочка» (поворот под руку)	<u>Занятие 28.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - простой дробный ход (с работой рук и без)
	<u>Занятие 29</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - притоп простой, двойной, тройной	<u>Занятие 30</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»	<u>Занятие 31</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с притопом	<u>Занятие 32</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»
Я Н В А Р Ь	<u>Занятие 33.</u> (народный танец) <i>Положение рук в паре:</i> - «под ручки» (лицом друг к другу). <i>Движения ног:</i> - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку	<u>Занятие 34.</u> (народный танец) <i>Положения рук в паре:</i> - сзади за талию (по парам, тройкам). <i>Движения ног:</i> - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади)	<u>Занятие 35.</u> (народный танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «змейка»; - «ручеек»	<u>Занятие 36.</u> (народный танец) <i>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца</i>

	противоположными руками	за талию)		
	<u>Занятие 37.</u> (народный танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре	<u>Занятие 38.</u> (народный танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - диагональ	<u>Занятие 39.</u> (народный танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - диагональ	
Ф Е В Р А Л Ь	<u>Занятие 40.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - «шаркающий шаг»	<u>Занятие 41.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - «гармошка»; <u>(девочки):</u> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями)	<u>Занятие 42.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад	<u>Занятие 43.</u> (народный танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «звездочка»
	<u>Занятие 44.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - «елочка»; <u>(мальчики):</u> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции)	<u>Занятие 45.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; <u>(девочки):</u> - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»	<u>Занятие 46.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); <u>(девочки):</u> - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»	<u>Занятие 47.</u> (народный танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «корзиночка»
М А Р Т	<u>Занятие 48.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции	<u>Занятие 49.</u> (народный танец) <i>Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца</i>	<u>Занятие 50.</u> (народный танец) <i>«Кадриль»</i>	<u>Занятие 51.</u> <u>(бальный танец)</u> <i>Постановка корпуса, головы, рук и ног.</i> <i>Движения ног:</i> - шаги: бытовой и

				танцевальный
	<u>Занятие 52.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции	<u>Занятие 53.</u> (народный танец) <i>Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца</i>	<u>Занятие 54.</u> (народный танец) «Кадриль»	<u>Занятие 55.</u> (бальный танец) <i>Движения ног:</i> - поклон, реверанс
А П Р Е Л Ь	<u>Занятие 56.</u> (бальный танец) <i>Движения ног:</i> - «боковой галоп» простой (по кругу)	<u>Занятие 57.</u> (бальный танец) <i>Движения ног:</i> - «пике» (одинарный) в прыжке	<u>Занятие 58.</u> (бальный танец) <i>Положения рук в паре:</i> - основная позиция. <i>Движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед	<u>Занятие 59.</u> (бальный танец) <i>Движения в паре:</i> - «боковой галоп» вправо, влево
	<u>Занятие 60.</u> (бальный танец) <i>Движения ног:</i> - «боковой галоп» с притопом (по линиям)	<u>Занятие 61.</u> (бальный танец) <i>Движения ног:</i> - «пике» (двойной) в прыжке	<u>Занятие 62.</u> (бальный танец) <i>Движения в паре:</i> - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика	<u>Занятие 63.</u> (бальный танец) <i>Движения в паре:</i> - легкое покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам
М А Й	<u>Занятие 64.</u> (бальный танец) <i>Движения ног:</i> - боковой подъемный шаг	<u>Занятие 65.</u> (бальный танец) <i>Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца</i>	<u>Занятие 66.</u> (бальный танец) <i>Движения ног:</i> - боковой подъемный шаг	<u>Занятие 67.</u> (бальный танец) <i>Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца</i>
	<u>Занятие 68.</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию	<u>Занятие 69.</u> Диагностика уровня музыкально- двигательных способностей детей	<u>Занятие 70.</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию	

Подготовительная группа (занятия 2 раза в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> <i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года</i>	<u>Занятие 2.</u> <i>Повторение обучения.</i> Классический танец (положения и движения ног)	<u>Занятие 3.</u> (классический танец) <i>Движения ног:</i> - relieve	<u>Занятие 4.</u> (классический танец) <i>Движения ног:</i> - battement tendu
	<u>Занятие 5.</u> <i>Повторение обучения.</i> Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук)	<u>Занятие 6.</u> (классический танец) <i>Движения рук:</i> - port de bras	<u>Занятие 7.</u> (классический танец) <i>Движения ног:</i> - demi – plie	<u>Занятие 8.</u> (классический танец) <i>Движения ног:</i> - passé
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 9.</u> <i>Повторение обучения.</i> Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре)	<u>Занятие 10.</u> <i>Повторение обучения.</i> Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве)	<u>Занятие 11.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - поклон в русском характере	<u>Занятие 12.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с остановкой ноги сзади
	<u>Занятие 13.</u> <i>Повторение 2 года обучения.</i> Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве)	<u>Занятие 14.</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое	<u>Занятие 15.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг	<u>Занятие 16.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед
	<u>Занятие 17.</u>	<u>Занятие 18.</u>	<u>Занятие 19.</u>	<u>Занятие 20.</u>

Н О Я Б Р Ь	(народный танец) <i>Движения ног:</i> - переменный ход вперед, назад.	(народный танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца»; - «карусель»	(народный танец) <i>Движения ног:</i> - «припадание» в повороте.	(народный танец) <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная)</i>
	<u>Занятие 21.</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; <u>(девочки):</u> - взмахи платочком	<u>Занятие 22.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - боковое «припадание» по 3 позиции	<u>Занятие 23.</u> (народный танец) <i>Положения и движения рук:</i> - скользящий хлопок по бедру, по голени	<u>Занятие 24.</u> (народный танец) <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная)</i>
Д Е К А Б Р Ь	<u>Занятие 25.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - кадрильный шаг с каблука	<u>Занятие 26.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (полупальцами по полу).	<u>Занятие 27.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук)	<u>Занятие 28.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте
	<u>Занятие 29.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (каблуком по полу)	<u>Занятие 30.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг	<u>Занятие 31.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (каблуком по полу)	<u>Занятие 32.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг
Я Н В А Р Ь	<u>Занятие 33.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте	<u>Занятие 34.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - подготовка к «веревочке»	<u>Занятие 35.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - прыжок с поджатыми; <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком)	<u>Занятие 36.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку по кругу; <u>(мальчики):</u> - присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу

	<p><u>Занятие 37.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад</p>	<p><u>Занятие 38.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»); <i>Движения в паре:</i> - соскок на две ноги лицом друг другу</p>	<p><u>Занятие 39.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - подготовка к «веревочке»</p>	
Ф Е В Р А Л Ь	<p><u>Занятие 40.</u> (народный танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца»; <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад</p>	<p><u>Занятие 41.</u> (народный танец) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «карусель»; <i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца «Русская плясовая»</i></p>	<p><u>Занятие 42.</u> <i>«Русская плясовая»</i></p>	<p><u>Занятие 43.</u> <i>Повтор обучения.</i> Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре)</p>
	<p><u>Занятие 44.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> <u>(девочки):</u> - вращение на полупальцах; <u>(мальчики):</u> - «гусиный шаг»</p>	<p><u>Занятие 45.</u> (народный танец) <i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая)</i></p>	<p><u>Занятие 46.</u> (народный танец) <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку в повороте; <u>(мальчики):</u> - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук</p>	<p><u>Занятие 47.</u> (бальный танец) <i>Движения ног:</i> <i>Полька:</i> - раг польки (по одному); - раг польки (по парам)</p>
	<p><u>Занятие 48.</u> (бальный танец)</p>	<p><u>Занятие 49.</u> (бальный танец)</p>	<p><u>Занятие 50.</u> (бальный танец) <i>Танцевальная</i></p>	<p><u>Занятие 51.</u> (бальный танец)</p>

М А Р Т	<p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <p>- «подскоки» (по одному, по парам);</p> <p>- «подскоки» в повороте</p>	<p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <p>- «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад)</p>	<p>комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</p>	<p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Вальс:</i></p> <p>- раг вальса (по одному, по парам)</p>
	<p><u>Занятие 52.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <p>- раг польки в сочетании с «подскоками»</p>	<p><u>Занятие 53.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <p>- прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу</p>	<p><u>Занятие 54.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»)</i></p>	<p><u>Занятие 55.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Вальс:</i></p> <p>- раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад)</p>
А П Р Е Л Ь	<p><u>Занятие 56.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения в паре:</i></p> <p>- легкий бег на полупальцах по парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину)</p>	<p><u>Занятие 57.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Чарльстон- раг полонеза;</i></p> <p>- раг полонеза (в парах, по кругу)</p>	<p><u>Занятие 58.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Чарльстон:</i></p> <p>- основное движение «Чарльстона»</p>	<p><u>Занятие 59.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Чарльстон:</i></p> <p>- чередование двойного и одинарного чарльстона</p>
	<p><u>Занятие 60.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»)</i></p>	<p><u>Занятие 61.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»)</i></p>	<p><u>Занятие 62.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Чарльстон:</i></p> <p>- двойной чарльстон</p>	<p><u>Занятие 63.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Чарльстон:</i></p> <p>- чарльстон с точкой вперед, назад</p>
М А Й	<p><u>Занятие 64.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Чарльстон:</i></p> <p>- чарльстон с продвижением вперед, назад и с поворотом</p>	<p><u>Занятие 65.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»)</i></p>	<p><u>Занятие 66.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»)</i></p>	<p><u>Занятие 67.</u></p> <p>(бальный танец)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Чарльстон:</i></p> <p>- чарльстон с точкой вперед, назад</p>
	<p><u>Занятие 68.</u></p>	<p><u>Занятие 69.</u></p> <p>Подготовка к</p>	<p><u>Занятие 70.</u></p> <p>Диагностика</p>	

	«Чарльстон».	контрольному итоговому занятию	уровня музыкально- двигательных способностей детей	
--	--------------	--------------------------------------	--	--

Диагностика. Основные требования к уровню подготовки детей по хореографии

Дети младшего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет)

знает	имеет представление	умеет
Элементы партерной гимнастики	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков
Упражнения на ориентировку в пространстве	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях	- линия; - колонка; - круг; - движения по линии танца и против линии танца
Упражнения для разминки		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца	О классическом танце и балете в целом	- позиции рук; - перевод рук из одного положения в другое; - постановка корпуса
Положения и движения ног классического танца		- позиции ног; - relieve; - demi – plie; - sothe; - различные виды бега и танцевальных шагов; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек
Положения и движения рук народного танца	О русском народном танца, о русских традиция и праздниках	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; - взмахи платочком и кистью; - «полочка»
Положения и движения ног народного танца		- позиции ног; - battement tendu в народном

		характере с переводом с носка на каблук; - притопы; - приставные шаги; - танцевальные движения
Этюды.	О танце как виде сценического искусства	Сюжетный танец «Лето»

Дети среднего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет)

знает	имеет представление	умеет
Квадрат А.Я.Вагановой	О классическом танце	Ориентироваться в танцевальном зале
Положения и движения рук классического танца	О port de bras (классического танца)	Правильно переводить руки из одного положения в другое.
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса)	Об экзерсисе классического танца (на середине зала)	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту)
Положения и движения рук народного танца: (положение кисти на талии, port de bras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.)	О русском народном танце	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши
Положения рук в паре	О работе партнеров в паре	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре
Движения ног народного танца	О русском народном танце (мальчики) – о присядке	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту. Правильно выполнять резкое и плавное приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах
Упражнения на ориентировку в пространстве	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»; - «корзиночка»;

		- «ручеек»; - «змейка»
Движения бального танца	Об историко-бытовом танце	Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Уметь чувствовать своего партнера.
Этюды	О различных танцевальных направлениях	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки

Дети старшего дошкольного возраста (от 5 до 7 лет)

знает	имеет представление	умеет
Элементы классического экзерсиса на середине	О классическом танце	- port de bras; - demi – plie; - battement tendu; - passé; - relleve
Элементы народного танца	О русском народном танце	- поклон в русском характере; - различные виды шагов; - танцевальные движения; (мальчики): - присядку; - виды хлопков; - «гусиный шаг»; (девочки): - вращение на полупальцах
Элементы бальных танцев	О танцах: - «Полька»; - «Вальс»; - «Чарльстон»	Исполнять танцевальные движения различных танцев. Отличить движение «Вальса» от «Полонеза» или «Польки» от «Чарльстона»
Этюды	О различных танцевальных направлениях	Безошибочно танцевать тренировочные этюды, передавая характер и темп музыкального сопровождения

Список используемой литературы

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб. 1996.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
3. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.
4. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.
5. Богданов Г. урок русского народного танца. – М., 1995.
6. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца. – М., 1959.
7. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.
8. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.
9. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.

прошнуровано, прошнуровано
и скреплено печатью на 38 листах
заведующий МДОУ ДС № 10
Костромитина Н.А.

