

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №339 Кировского района Волгограда»

РЕКОМЕНДОВАНО
К РЕАЛИЗАЦИИ
Педагогическим советом
МОУ детского сада №339
Протокол № 1
« 30 » августа 2019г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МОУ детским садом №339



А.С. Кандарян

Дополнительная образовательная программа

«Прыжок»

Кружок «Прыжок»

возраст детей: с 4 лет

объем программы: 64 часа

Программа модифицирована
Журавлёвой Дарьей Олеговной

Волгоград 2019

Программа кружка по хореографии «Прыжок»

Хореограф - Журавлева Дарья Олеговна

Пояснительная записка

Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также потребностью в разработке методических рекомендаций по преподаванию хореографии детям дошкольного возраста.

Дошкольный период общепризнан как начальный этап развития внутреннего мира ребенка, его духовности, формирования общечеловеческих ценностей. Этот возраст является временем интенсивного развития и всесторонней любознательности. Изучение детьми хореографии, вводит их в мир волнующих перевоплощений, радостных переживаний, открывает путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных его возрасту.

Занятия хореографией способны оказать разностороннее комплексное влияние на развитие ребёнка и формирование его как эстетически и духовно развитой личности. Оказывая активное влияние на развитие эмоционально-образной сферы мышления, постоянно побуждая к творчеству, давая примеры нравственного поведения, тренируя волю и тело, хореография может дать детям то, чего не хватает в современном процессе обучения и воспитания детей - попытаться уравновесить, гармонизировать, интеллектуальное развитие ребёнка с физическим, нравственным, духовным и эмоциональным.

Цель – данной программы – физическое развитие, развитие эмоциональной сферы, эстетических и нравственных понятий через приобщение детей к искусству хореографии.

Поставленная цель достигается с помощью решения следующих **задач**:

1. Развивающие задачи:

- укреплять опорно – мышечный аппарат, формировать правильную осанку;
- развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;
- развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
- развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.

2. Обучающие задачи:

- осваивать простейшие танцевальные движения;
- осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений;
- приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев).

3. Воспитательные задачи:

- формировать художественный вкус;
- воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик - девочка);

- воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;
- формировать интерес к хореографическому искусству;
- воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами различных национальных культур.

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

Программа рассчитана на три года обучения и рекомендуется для занятий детей с 4 до 7 лет. Занятия проводятся в средней, старшей и подготовительной группе 2 раза в неделю. Длительность занятий: средняя группа – 25 мин., старшая группа – 30 мин., подготовительная группа – 35 мин. Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (сентябрь), итоговая (май).

Содержание программы

1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. 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. П.э.- 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.

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 данной программе.

5. Народный танец.

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

построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды.

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, разучиваться танцевальные этюды.

7. Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, элементы вальса, полонеза, менуэта, танго, рок-н-ролла. 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 воспитательное значение.

Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Танго», «Рок-н-ролл» «Полонез», «Менуэт».

Тематический план.

Средняя группа.

(занятия проводятся 2 раз в неделю)

№
п/п

Тематическое планирование.

1. Вводное занятие.
2. Партерная гимнастика:
 - 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. Упражнения на ориентировку в пространстве:
 - 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);
 - движение по линии танца, против линии танца.
4. Упражнения для разминки:
 - повороты головы направо, налево;
 - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»;
 - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону;
 - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «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 перекал с полупальцев на пятки);
 - чередование шагов на полупальцах и пяточках;
 - прыжки поочередно на правой и левой ноге;
 - простой бег (ноги забрасываются назад);
 - «Цапелъки» (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. Классический танец.
 1. Постановка корпуса.
 2. Положения и движения рук:
 - подготовительная позиция;
 - позиции рук (1,2,3);
 - постановка кисти;
 - отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца;
 - раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению;

3. Положения и движения ног:

- позиции ног (выворотные 1,2,3);
- demi plie (по 1 позиции);
- releve (по 6 позиции);
- saute (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 (ладонь 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»;
- «сковырялочка»;
- поклон в русском характере (без рук).

3. Танцевальные комбинации.

7. Танцевальные этюды, танцы:

- сюжетные танцы к праздничным утренникам.

8. Подготовка к итоговому контрольному занятию.

9. Итоговое контрольное занятие.

10. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.

ИТОГО: 72 часа

Старшая группа.

(занятия проводятся 2 раза в неделю)

№
п/п

Тематическое планирование.

1. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2. Классический танец:
 1. *Повтор 1 года обучения.*
 2. *Упражнения на ориентировку в пространстве:*
 - положение прямо (анфас), полуоборот;
 - свободное размещение по залу, пары, тройки;
 - квадрат А.Я.Вагановой.
 3. *Положения и движения рук:*
 - перевод рук из одного положения в другое.
 4. *Положения и движения ног:*
 - 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).
 - releve по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2, 1/4, 1/8);
 - demi-plie по 1,2,3 поз.;
 - demi-plie с одновременной работой рук;
 - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы;
 - saute по 1,2,6 поз.;
 - saute в повороте (по точкам зала).
 5. *Танцевальные комбинации.*
4. Народный танец:
 1. *Повтор 1 года 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;

- простой дробный ход (с работой рук и без);
- 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»;
- «корзиночка»;
- «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 подъемный шаг (pas eleve);
- «боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям);
- «шнке» (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.

3. Положения рук в паре:

- основная позиция;
- «корзиночка».

4. Танцевальные комбинации.

6. Эпюды:

- сюжетные танцы к праздничным утренникам.

7. Подготовка к итоговому контрольному занятию.

8. Итоговое контрольное занятие.

9. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.

ИТОГО: 64 часа

Календарно-тематический план.

Средняя группа.

(занятие 2 раза в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
О К Т я б р ь	<p>Занятие 1. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие построения: линия, колонка.</p> <p>Занятие 2. <i>Упражнения для разминки:</i> - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч; - движения руками.</p>	<p>Занятие 3. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие построения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал.</p> <p>Занятие 4. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Качели» (покачивание с полупальцев на пяточки); - шаги на полупальцах и пяточках (чередование шагов).</p>	<p>Занятие 5 (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - подготовка к началу движения (ладонь на талии).</p> <p>Занятие 6. <i>Положения и движения ног:</i> - простой бытовой шаг вперед с каблука.</p>	<p>Занятие 7. (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - 6 позиция.</p> <p>Занятие 8. <i>Положения и движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах.</p>
	<p>Занятие 9. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - различие правой и левой руки, ноги плеча; - повороты вправо, влево.</p> <p>Занятие 10. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - движения по линии танца, против линии танца.</p>	<p>Занятие 11. (н.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - «Пружинка» - маленькое тройное приседание; - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса.</p> <p>Занятие 12. <i>Упражнения для разминки:</i> - простой бег (ноги забрасываются назад); - простой бег на месте и с продвижением вперед и назад.</p>	<p>Занятие 13. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Цапельки» - шаги с высоким подниманием бедра; - «Лошадки» - бег с высоким подниманием бедра.</p> <p>Занятие 14. (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - sote (6 позиция).</p>	<p>Занятие 15. <i>Упражнения для разминки:</i> - «Ножницы» - легкий бег с поочередным выбросом прямых ног вверх; - прыжки поочередно на правой и левой ноге.</p> <p>Занятие 16. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7).</p>
Н О я б р ь				

Занятие 17.**(к.т.)***Положения и движения ног:*

- позиции ног
(выворотные 1,2,3)

Занятие 18.*Положения и движения ног:*

- позиции ног
(свободные 1,2,3;)

Занятие 25.**(к.т.)***Положения и движения рук:*

- раскрывание и закрывание рук.

Занятие 26.**(к.т.)***Положения и движения ног:*

- releve по 6 позиции
с фиксацией на верху.

Занятие 33.**(к.т.)***Положения и движения рук:*

- основная позиция
(внутренние руки
партнеров вытянуты
вперед).

Занятие 34.**(к.т.)***Положения и движения ног:*

- танцевальный шаг;
- танцевальный шаг по
парам (руки в
основной поз.).

Занятие 41.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- приставной шаг с
приседанием и
одновременной
работой рук
(положение

Занятие 19.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

2 – прямая
закрытая).

Занятие 20.*Упражнения для разминки:*

- прыжки из 6
позиции во 2
прямую позицию;

Занятие 27.**(к.т.)***Положения и движения ног:*

- demi-plie (1 поз.).

Занятие 28.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- battement tendu
вперед, сторону на
носок с переводом
на каблук в русском
характере.

Занятие 35.**(н.т.)***Положения и движения рук:*

- взмахи платочком
(дев.);
- взмах кистью
(мал.).

Занятие 36.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- простой
приставной шаг на
всей стопе и на
полу пальцах по 1
прямой позиции.

Занятие 43.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- приставной шаг с
приседанием и
выносом ноги в
сторону на каблук
(против хода

Занятие 21.*Упражнения для разминки:*

- прыжки из 6
позиции во 2 прямую
позицию с
одновременным
раскрыванием рук в
сторону.

Занятие 22.**(к.т.)***Положения и движения рук:*

- подготовительная
позиция;
- подготовка к началу
движения.

Занятие 29.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- притоп простой,
двойной, тройной;

Занятие 30.**(н.т.)***Положения и движения рук:*

- хлопки в ладоши.

Занятие 37.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- простой приставной
шаг с притоном;

Занятие 38.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- простой приставной
шаг с приседанием.

Занятие 45.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- «Ковырялочка»;

Занятие 46.**(н.т.)***Положения и движения ног:***Занятие 23.****(к.т.)***Положения и движения рук:*

- позиции рук (1-3);

Занятие 24.

- отличие 2 позиции
классического танца
от 2 позиции
народного танца.

Занятие 31.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- battement tendu на
носок с переводом на
каблук
с приседанием.

Занятие 32.**(н.т.)**

- ритмическое
сочетание хлопков в
ладоши с притопами.

Занятие 39.**(н.т.)***Положения и движения рук:*

- «Полочка» (руки
согнутые в локтях,
перед грудью).

Занятие 40.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- поднимание и
опускание ноги
согнутой в колене,
вперед (с фиксацией
и без).

Занятие 47.**(н.т.)***Положения и движения ног:*

- «Елочка»;

Занятие 48.**(н.т.)***Положения и движения рук:*

«Полочка», наклон корпуса по ходу движения);

Занятие 42.
(и.т.)

-перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu);

Занятие 49.
(к.т.)

Положения и движения ног:

- приставные шаги по парам, лицом друг к другу.

Занятие 50.
(к.т.)

Положения и движения рук:

- «Лодочка» (положение рук в паре).

Занятие 57.
Танцевальные этюды.

Занятие 58.
Танцевальные этюды.

движения);
Занятие 44.
(и.т.)

- приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.

Занятие 51.
- реверанс для девочек, поклон для мальчиков.

Занятие 52.
- поклон в русском характере (без рук).

Занятие 59.
Танцевальные этюды.

Занятие 60.
Танцевальные этюды.

- «Ковырялочка» (с притоном).

Занятие 53.
Повторение пройденного материала.

Занятие 54.
Повторение пройденного материала.

Занятие 61.
Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Занятие 62.
Итоговое контрольное занятие.

-«Матрешка».

Занятие 55.
Танцевальные этюды.

Занятие 56.
Танцевальные этюды.

Занятие 63.
Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Занятие 64.
Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Старшая группа.
(занятия 2 раза в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
О К 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 1 года обучения.</i> Упражнения на ориентировку в пространстве.	<u>Занятие 3.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения ног. <u>Занятие 4.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения рук.	<u>Занятие 5.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль. <u>Занятие 6.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (выворотные); - releve по 1,2,3 позициям.	<u>Занятие 7.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - квадрат А.Я.Вагановой; <i>Положения и движения ног:</i> - saute по 1,2,6 позиции по точкам зала. <u>Занятие 8.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - sette в повороте (по точкам зала).
	<u>Занятие 9.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы. <u>Занятие 10.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в медленном темпе.	<u>Занятие 11.</u> <u>(к.т.)</u> <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 12.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie с одновременной работой рук.	<u>Занятие 13.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i> <u>Занятие 14.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i>	<u>Занятие 15.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Сюжетный танец.</i> <u>Занятие 16.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Сюжетный танец.</i>
	<u>Занятие 17.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения ног.	<u>Занятие 19.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения ног.	<u>Занятие 21.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с прыжком.	<u>Занятие 23.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта).
Д Е К А б р ь	<u>Занятие 18.</u> <u>(н.т.)</u>	<u>Занятие 20.</u> <u>(н.т.)</u>	<u>Занятие 22.</u> <u>(н.т.)</u>	<u>Занятие 24.</u>

Повторение 1 года обучения.

Положения и движения рук.

Положения и движения рук:

- положение рук на поясе – кулачком;
- смена ладошки на кулачок.

Положения и движения рук:

- переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).

(н.т.)

Движения ног:

- простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).

Занятие 25.

(н.т.)

Движения ног:

- battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plié.

Занятие 26.

(н.т.)

Движения ног:

- притоп простой, двойной, тройной;
- battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с притоном.

Занятие 27.

(н.т.)

Положения и движения рук:

- «приглашение».

Движения ног:

- простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу.

Занятие 28.

(н.т.)

Положения и движения рук:

- хлопки в ладоши – двойные, тройные;
- руки перед грудью – «полочка».

Занятие 29.

(н.т.)

Положения рук в паре:

- «слодочка» (поворот под руку).

Занятие 30.

(н.т.)

Движения ног:

- Простой шаг с притоном с продвижением вперед, назад.

Занятие 31.

(н.т.)

Движения ног:

- простой дробный ход (с работой рук и без).

Занятие 32.

(н.т.)

Положения рук в паре:

- «под ручки» (лицом вперед).

Движения ног:

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

Занятие 33.

(н.т.)

Положение рук в паре:

- «под ручки» (лицом друг к другу).

Движения ног:

- простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками.

Занятие 35.

(н.т.)

Положения рук в паре:

- сзади за талию (по парам, тройкам).

Движения ног:

- танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию).

Занятие 36.

(н.т.)

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- диагональ.

Занятие 37.

(н.т.)

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- «змейка»;
- «ручеек».

Занятие 38.

(н.т.)

Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.

Занятие 39.

(н.т.)

Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.

Занятие 40.

(н.т.)

Движения ног:

- прыжки с поджатыми ногами.

тройкам, по четыре.

Занятие 41.

(н.т.)

Движения ног:

- «шаркающий шаг».

Занятие 42.

(н.т.)

Движения ног:

- «елочка»;

(мальчики):

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

Занятие 49.

(н.т.)

Движения ног:

- боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции.

Занятие 50.

(н.т.)

Движения ног:

- «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.

Занятие 57.

(б.т.)

Движения ног:

- «боковой галоп» простой (по кругу).

Занятие 58.

(б.т.)

Движения ног:

- «боковой галоп» с притопом (по линиям).

Занятие 43.

(н.т.)

Движения ног:

- «гармошка»;

(девочки):

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

Занятие 44.

(н.т.)

Движения ног:

- «ковырялочка» с двойным и тройным притопом;

(девочки):

- маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».

Занятие 51.

(н.т.)

Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.

Занятие 52.

(н.т.)

Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.

Занятие 59.

(б.т.)

Движения ног:

- «пике» (одинарный) в прыжке.

Занятие 60.

(б.т.)

Движения ног:

- «пике» (двойной) в прыжке.

Занятие 45.

(н.т.)

Движения ног:

- поклон на месте с руками;

- поклон с продвижением вперед и отходом назад.

Занятие 46.

(н.т.)

Движения ног:

(мальчики):

- подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция);

(девочки):

- бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».

Занятие 53.

(н.т.)

«Кадриль».

Занятие 54.

(н.т.)

«Кадриль».

Занятие 61.

(б.т.)

Положения рук в паре:

- основная позиция.

Движения ног:

- легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед.

Занятие 62.

(б.т.)

Движения в паре:

- (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг

Занятие 47.

(н.т.)

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- «звездочка».

Занятие 48.

(н.т.)

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- «корзиночка».

Занятие 55.

(б.т.)

Постановка корпуса, головы, рук и ног.

Движения ног:

- шаги: бытовой и танцевальный.

Занятие 56.

(б.т.)

Движения ног:

- поклон, реверанс.

Занятие 63.

Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей

Занятие 64.

Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Занятие 65.

(б.т.)

Движения ног:

- боковой подъемный шаг.

Занятие 66.

(б.т.)

Положения рук в паре:

- «корзиночка».

Занятие 67.

(б.т.)

Танцевальная

комбинация,

построенная на

элементах бального

танца.

Занятие 68.

(б.т.)

Танцевальная

комбинация,

построенная на

элементах бального

танца.

мальчика.

Занятие 69.

Подготовка к

контрольному

итоговому занятию.

Занятие 70.

Итоговое

контрольное

занятие.

Занятие 71.

Занятие 72.

Достижения детей , приобретаемые в ходе непосредственной образовательной деятельности по хореографии

К концу 1 года обучения:

знать	иметь представление	уметь
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;
Положения и движения ног классического танца.		- постановка корпуса. - позиции ног; - releve; - demi – plie; - saute; - 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 танцы к праздничным утренникам .

знать	иметь представление	уметь
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.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту.
	(мальчики) – о присядке.	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.

К концу 3 года обучения:

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

Техническое обеспечение:

- просторное помещение для занятий;
- зеркала, хореографический станок;
- музыкальные инструменты: фортепиано, синтезатор;
- CD , DVD ;
- реквизит к танцевальным постановкам.

Способы проверки достижения требований к знаниям, умениям и навыкам воспитанников

В начале года оцениваются общие психофизические данные детей: восприятие, внимание, память, координация, а также музыкально – ритмическое развитие:

- умение концентрировать внимание, воспринимать, запоминать материал;
- простейшие навыки координации: право, влево, вперёд, назад, круг, колонка;
- умение слушать музыку, определять её характер, настроение, темп (быстрый, медленный).

На конец года критериями оценки освоения программы являются показатели:

- умение чётко исполнять музыкальные движения, различать вступление, сильную и слабую доли, начало и конец фразы;
- запоминать и воспроизводить комбинации, перестроение по рисункам, хореографические комбинации;
- освоения навыка эмоционального, образного исполнения;
- способность импровизировать.

Список 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. Устинова Т. «Беречь красоту русского народного танца». – М., 1959.
6. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение». – М., 1984.
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать». – М., 2003.
8. Белов М. «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства». – М., 1953.
9. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду». Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., Линка – Пресс, 2006.
10. Иванов В.А. «Детский танец», методическое пособие, Пермь, 1998.