

Принято  
На педагогическом совете МОУ  
Протокол № 1 от 31.08.2023

Утверждено:  
Заведующий МОУ  
\_\_\_\_\_/О. В. Серебрякова  
Приказ № 73 от 31.08.2023

**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ГРАЦИЯ»**

Возраст воспитанников 5-7 лет  
2023-2024 учебный год

Автор:  
Киселева Лариса Геннадьевна

## Содержание

### Целевой раздел

Пояснительная записка .....	1
Направленность дополнительной общеобразовательной программы.....	1
Актуальность .....	1
Отличительные особенности программы .....	1
Цели и задачи программы .....	3

### Содержательный раздел

Первый год обучения .....	5
Второй год обучения .....	12
Предполагаемый результат .....	19

### Организационный раздел

Календарный учебный график программы .....	20
Условия реализации программы.....	20
Список литературы.....	21

## I. Целевой раздел

### Пояснительная записка.

#### 1.1. Направленность дополнительной общеобразовательной программы

Основная идея данной программы - приобщить воспитанников к прекрасному миру танца, миру пластики, красивых движений. Именно поэтому, данная программа дополнительного образования имеет художественно- эстетическую направленность.

#### 1.2. Актуальность

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

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности. Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 5-7 лет.

#### 1.3. Педагогическая целесообразность

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

#### 1.4. Отличительные особенности программы

Не смотря на то, что программа направлена на общее развитие дошкольников, на приобретение устойчивого интереса к занятиям хореографией в дальнейшем, но не является самоцелью профессиональная хореографическая подготовка детей. Поэтому учебный материал включают в себя лишь элементы видов танцев, объединенных в отдельные танцевально-тренировочные комплексы, игры и танцевальные композиции. Учитывая

возраст воспитанников, все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий.

#### 1.5. Адресат программы

Программа рассчитана на два года обучения: для детей старшей группы (5-6 лет) и для детей подготовительной к школе группы (6-7 лет).

#### 1.6. Уровень программы.

##### Объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы

Уровень программы - ознакомительный.

Проводится 64 занятия в течении каждого года обучения.

1.7. Форма обучения- очная – групповые и индивидуальные занятия.

1.8. Режим занятий

Занятия проводятся два раза в неделю с октября по май:

для детей первого года обучения - 25 минут, второго – 30 минут.

#### 1.9. Особенности организации образовательного процесса

Состав группы: смешанный; занятия организуются как с группой, так и индивидуально.

Виды занятий: практический характер.

Программа включает в себя:

- Музыкально-ритмические занятия.
- Элементы народного танца.
- Элементы детского бального танца
- Элементы историко-бытового танца.
- Элементы эстрадного танца.

Работа ведется определенными периодами – циклами. В течение месяца педагог разучивает с детьми материал одного из разделов. Первая неделя цикла отводится освоению новых знаний. Вторая – повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями. Третья, четвертая – окончательному закреплению пройденного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно вживаться в изучаемый материал. Но при этом ошибочно рассматривать отдельные разделы, как наиболее ответственные и главные, т.к. освоение программы зависит от общей суммы знаний и навыков. Кроме основных разделов занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию.

Занятие состоит из трех частей:

1. Вводная - в нее входит поклон, маршировка, разминка (3-5 минут)
2. Основная - она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций) (15-20 минут)
3. Заключительная – музыкальные игры, вспомогательные и корректирующие упражнения, поклон (5 минут)

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующем году.

На первом году обучения особое внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног, головы. В течение всего второго года дети занимаются ритмикой, детскими бальными, историко–бытовыми, доступными народными танцами и изучают элементы классического танца. В течение всего второго года используется материал первого года, он принимается за основу, дополняя его новыми знаниями. Весь материал подобран исходя из возрастных особенностей детей.

**Цель программы:** прививать интерес дошкольников к хореографическому искусству.

**Задачи:**

**Образовательные:**

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

**Воспитательные:**

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

**Развивающие:**

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

**Оздоровительные:**

- укрепление здоровья детей.

Зачисление воспитанников проводится в соответствии с желанием и индивидуальными особенностями детей и по личному заявлению родителей (законных представителей) воспитанников.

## II Содержательный раздел

### Первый год обучения.

<u>Раздел</u>	<u>Тема занятий</u>	<u>Содержание занятия</u>	<u>Задачи</u>
<b>октябрь</b>	«Давайте познакомимся»	Знакомство с детьми. Что такое танец.	- Формировать интерес к занятиям.
<b>Вводное занятие</b>		Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила	- Формировать общую культуру личности ребенка;

		<p>техники безопасности. Постановка корпуса. Положение рук на талии. VI, I свободная позиции ног. Танцевальный шаг с носка.</p> <p>Танец «Топ по паркету» (шаг с носка, хлопки, притопы, прыжки на двух ногах)</p> <p>Игра «Давайте потанцуем»</p>	<p>- формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног.</p> <p>- Обучить детей танцевальному шагу с носка.</p> <p>формировать интерес к занятиям.</p> <p>- Развитие воображения, фантазии.</p>
<p><b>Музыкально ритмические движения</b></p>	<p>«Здравствуй сказка»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, колонна, круг.)</p> <p>Разминка «Сказочные герои»</p> <p>Хлопки в ладоши – простые и ритмические.</p> <p>- Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.</p> <p>- «Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт.</p> <p>- «шаг, приставить, шаг, каблук».</p> <p>- подъем на полу пальцы.</p> <p>- повороты вправо, влево.</p> <p>Танцевальная композиция «Зонтики»</p> <p>Игра «Сказочный лес»</p>	<p>- формировать правильное исполнение танцевального шага.</p> <p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой</p> <p>- разогреть мышцы.</p> <p>- Развивать первоначальные навыки координации движений.</p> <p>- научить передавать заданный образ.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>- совершенствовать исполнение выученных движений.</p> <p>- познакомить детей с темпами музыки (медленный,</p> <p>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок,</p>

		<p>Игра «У медведя» Игра «Путешественники» Партерная гимнастика («Буратино», «Солнышко», «Бабочка», «Складочка»)</p>	<p>нарастить силу мышц.</p>
<p><b>ноябрь</b></p>	<p>«В коробке с карандашами»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад. Перестроения - круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2, 4)</p> <p>Разминка «Я рисую солнце» (голова - прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне, с ритмическим рисунком.) Руки - поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти круговые движения с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей. Положение рук: на поясе и внизу. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной</p> <p>Плечи - оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление».</p> <p>Поочередное поднятие плеч. Упражнение «Улыбнемся себе и другу»- наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево по VI, по II позиции ног.</p>	<p>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой</p> <p>- Разогреть мышцы.</p> <p>- Учить правильной осанке при выполнении движений.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>- Развить чувство ритма.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>- Учить правильной</p>

		<p>Повороты корпуса вправо, влево. Ноги - подъем на полу пальцы с полуприседанием, «пружинка», высокое поднимание колен вперед, в стороны. Прыжки – по VI позиции ног, VI – II позиции ног, Упражнение «Лыжник».</p> <p>Ритмические хлопки в ладоши. Тройные притопы. «Пружинка» с наклонами головы. Движение «Баю - бай». Подскоки, приставные шаги с приседанием.</p> <p>Танцевальная композиция «Кошечки»</p> <p>Игра «Скорый поезд»</p> <p>Игра «Музыкальные ворота»</p> <p>Игра «Путник»</p> <p>Партерная гимнастика («Карандаши», «бабочка», «Солнышко», «Буратино», «Складочка»)</p>	<p>осанке при исполнении движений.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развивать координацию движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Развить умение детей перестраивать с одного темпа музыки на другой.</li> <li>- Учить строить рисунки танца.</li> <li>- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- формировать умение вытягивать, сокращать стопу.</li> </ul>
<b>декабрь</b>	«Зимняя сказка»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна, полукруг.)</p> <p>Разминка «Зимние забавы»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы.</li> </ul> <p>Танцевальная композиция</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Развить чувство ритма.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении</li> </ul>

		<p>«Тик так – тикают часы»</p> <p>Игра «Домик»</p> <p>Партерная гимнастика («Солнышко», «Складочка», «Рыбка», «Русалочка», «Дощечка», «Сидит дед»)</p>	<p>движений.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развивать координацию движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Развить чувство ритма.</li> <li>- развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта.</li> <li>- укрепить мышцы спины, живота.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> </ul>
<p><b>Январь</b></p> <p><b>Февраль</b></p> <p><b>Элементы русского танца</b></p>	<p>«Русские забавы»</p>	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с ударом, галоп, подскоки, перескоки. Перемещения – круг, колонна, два круга, «шторки», круг, звездочка, сужение и расширение круга, круг в круге.)</p> <p>Разминка «Ах, вы, сени» ороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен.)</p> <p>Притопы одинарные, двойные, тройные. Полу присядка. Хлопушки в ладоши, по бедру.</p> <p>Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом.</p> <p>Ходы – простой с носка, «елочка», шаркающий шаг.</p> <p>Исполнение движений с одновременной работой рук.</p> <p>Танцевальная композиция «Порушка - пораня»</p> <p>Игра «Заплетися мой</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- умение ориентироваться в пространстве</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- познакомить детей с особенностями русского танца.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>-научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.</li> <li>- научить строить и</li> </ul>

		<p>плетень»</p> <p>Игра «Танец ткачей»</p> <p>Игра «Веселый оркестр»</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку ног, укрепление мышц спины, улучшения выворотности ног)</p>	<p>передвигаться по рисункам танца.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развить фантазию и воображение.</li> <li>- развить координацию.</li> <li>- укрепить мышцы спины, живота.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> </ul>
<p><b>март</b></p> <p><b>Детский бальный танец, ритмика.</b></p>	«Приглашение к танцу»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – круг, змейка, квадрат, колонна, полукруг, две колонны.)</p> <p>Разминка «Раз, два, три, четыре», упражнение «лыжник» в разных ритмических рисунках.</p> <p>Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие прыжки на месте, хлопки в разных ритмических рисунках.</p> <p>Веселый танец</p> <p>Игра «Давайте потанцуем»</p> <p>Игра «Музыкальные змейки»</p> <p>Игра «одинокий путник»</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- формировать правильную осанку при исполнении движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- развивать творческие способности детей.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>-развивать воображение, фантазию.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить элас-</li> </ul>

		плоскостопия.)	тичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей
<b>апрель</b>	«Я хочу танцевать»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения - в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг в круге, в рассыпную)</p> <p>Разминка «Я танцую»</p> <p>Поклон мальчиков, поклон девочек, приставной шаг, балансе, шаг глиссад, покачивание, поворот в паре, кружения.</p> <p>Вальс «Дружбы»</p> <p>Игра «Магниты»</p> <p>Игра «Ромашки»</p> <p>Игра «Бабочки»</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)</p>	<p>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>- Разогреть мышцы.</p> <p>- Учить правильной осанке при выполнении движений.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям вальса.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p> <p>- научить «чувствовать» пару.</p> <p>-развивать воображение, фантазию.</p> <p>- развить быстроту реакции.</p> <p>- Формировать навык «легкого шага»</p> <p>-развивать воображение, фантазию.</p> <p>- формировать правильную осанку.</p>
<b>май</b>  <b>Элементы эстрадного танца</b>	«Давайте построим большой хоровод»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки.</p> <p>Перестроения – две шеренги, шторы, круг,</p>	<p>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>- научить перестраиваться из</p>

		<p>четыре колонны, змейка, квадрат.)</p> <p>Разминка «Зарядка»</p> <p>Танцевальная композиция «Давайте построим большой хоровод».</p> <p>Игра «Домики»</p> <p>Игра «будь внимателен»</p> <p>Игра «А, ну-ка, покажи»</p> <p>Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)</p>	<p>одного рисунка в другой.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развить координацию движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы.</li> <li>- развить внимание, быстроту реакции.</li> <li>- развивать воображение, фантазию, артистизм.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей.</li> </ul>
--	--	---	---

### Второй год обучения.

Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Задачи
<p><b>октябрь</b></p> <p><b>Вводное занятие</b></p>	«Встанем, дети, в круг»	<p>Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности.</p> <p>Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую»</p> <p>Танец «Кадриль, моя» (шаг с носка, легкий бег, "ковырялка", притопы, хлопки, кружения, приставные шаги с приседанием)</p> <p>Танец-игра «Делай со мной»</p> <p>Игра «Давайте потанцуем»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать общую культуру личности ребенка;</li> <li>- Развить музыкальный слух и чувства ритма.</li> <li>- научить импровизировать.</li> <li>- Развить умение детей перестраивать с одного темпа музыки на другой.</li> <li>- Учить строить рисунки танца.</li> <li>- развить воображение, фантазию.</li> </ul>
<p><b>Музыкальн</b></p> <p><b>о</b></p> <p><b>ритмическ</b></p> <p><b>ие</b></p>	«Осенняя прогулка»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> </ul>

<b>движения</b>		<p>марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки.</p> <p>Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.)</p> <p>Разминка «В осеннем парке»</p> <p>Шаг на полупальцах, приставные шаги, переменный шаг в сторону, подскоки, галоп, хлопки в разных ритмических рисунках, притопы.</p> <p>Танец «Малинки»</p> <p>Игра «Музыкальные змейки»</p> <p>Игра «Заколдованный лес»</p> <p>Игра «Веселые капельки»</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при выполнении движений.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- научить ориентироваться в видах танцевальных мелодий (вальс, марш, полька.)</li> <li>- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.</li> <li>- развить чувство ритма.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей.</li> </ul>
<b>ноябрь</b>	«В гостях у Белоснежки»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг на пятках, приставные шаги, галоп, подскоки.</p> <p>Перестроения – круг, диагонали, квадрат, четыре колонны.)</p> <p>Разминка «Гномики»</p> <p>Хлопки, притопы в разных ритмических рисунках,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве, научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при выполнении</li> </ul>

		<p>синкопа, прыжки по ритмическим рисункам, галоп в паре, движение «пятка носок» с наклоном корпуса, подскоки в повороте.</p> <p>Танец «На опушке»</p> <p>Игра «Строим дом для гномиков»</p> <p>Игра «Ведьма и Белоснежка»</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<p>движений.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Развить чувство ритма.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> </ul>
<b>декабрь</b>	«Лесные приключения»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный в сторону. Перестроения – круг, колонна, два круга, «шторки», полукруг, «прочес», круг.)</p> <p>Разминка «Лесные звери»</p> <p>Переменный шаг вперед, простая дробная дорожка, плавные движения руками, переступания с легким ударом каблука.</p> <p>Танец «Звезды»</p> <p>Игра «Жучок-паучок»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям русского танца.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в</li> </ul>

		Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - развить умение «держат» круг и интервалы. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.
<b>январь</b>  <b>Детские бальные танцы</b>	«Путешествие в сказку»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки. Перестроения – змейка, круг, две колонны, четыре колонны, полукруг, «прочес», диагонали, полукруг.)  Разминка «Поле чудес»  Шаг польки, галоп, поскоки, положения в парах, перестроения в парах, кружения.  Танец «Полька» Танец-игра «Джайв» Игра «Вот как мы умеем»  Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца.  - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.  - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить координацию движений - развить артистичность. - закрепить позиции рук, ног, положение рук на талии. - формировать правильную осанку.
<b>февраль</b>	«Из бабушкиного сундучка»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах,	- формировать правильное исполнение

<p><b>Элементы народного танца</b></p>		<p>переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.)</p> <p>Разминка «Как у нашей бабушки» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, положение рук перед грудью, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, «шаг лыжника».)</p> <p>Танец «Кадриль»</p> <p>Игра «Кто запомнил лучше всех»</p> <p>Игра «Тик - так»</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<p>танцевальных шагов.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям русского танца.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- развить музыкальность, чувство ритма.</li> <li>- научить ориентироваться в пространстве.</li> <li>- формировать правильную осанку, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье</li> </ul>
--	--	--	--

			детей
<b>март</b>  <b>Детский бальный танец, элементы историко – бытового танца.</b>	«Мы собираемся на бал»	<p>Маршировка - шаг полонеза. Перестроения – круг, диагонали, колонна, через одного на полукруг, «шторки», круг.</p> <p>Разминка «Мы собираемся на бал»</p> <p>Вальсовая дорожка, балансе, правый поворот, переходы в парах.</p> <p>«Вальс цветов»</p> <p>Менуэт</p> <p>Игра «Мы пойдем сначала вправо»</p> <p>Игра «Расточек»</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения.</li> <li>- научить передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- развить чувство ритма, музыкальность.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> </ul>
<b>апрель</b>	«Навстречу к солнцу»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в</li> </ul>

		<p>подскоки, шаг польки. Перестроения - квадрат, диагональ, круг, колонна, полукруг, круг в круге.)</p> <p>Разминка «Весеннее настроение»</p> <p>Шаг-дробь, ритмичные хлопки, положение в паре, характерные движения руками.</p> <p>Танец «Испания»</p> <p>Игра «Доведи меня»</p> <p>Игра «Дождик»</p> <p>Игра «Повторяем движения»</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<p>пространстве.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</li> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения, передавать заданный образ.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- развить чувство взаимопомощи, бережное отношение друг к другу.</li> <li>- развить чувство ритма, музыкальность.</li> <li>- развить внимание и память.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей.</li> </ul>
<p><b>май</b></p> <p><b>Элементы эстрадного танца</b></p>	«Веселая карусель»	<p>Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - круг, квадрат, диагонали, два</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</li> <li>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>- научить перестраиваться из</li> </ul>

	<p>круга, «прочес», змейка, шахматный порядок.)</p> <p>Разминка «Карусельные лошадки»</p> <p>Танцевальная композиция «Планета детства»</p> <p>Игра «Дискоотека»</p> <p>Игра «Карусель»</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.</p>	<p>одного рисунка в другой.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разогреть мышцы.</li> <li>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</li> <li>- Научить правильно исполнять движения.</li> <li>- Обучить детей танцевальным движениям.</li> <li>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</li> <li>- развить творческие способности ребенка.</li> <li>- развить моторику.</li> <li>- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.</li> <li>- формировать правильную осанку.</li> <li>- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</li> <li>- укрепить здоровье детей.</li> </ul>
--	--	---

### **Предполагаемый результат.**

К концу первого года обучения дети должны знать правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног. Должны уметь пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку, чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы.

На втором году обучения дети должны закрепить знания и навыки, полученные в первый год обучения и перейти к изучению более сложных элементов. Дети должны уметь исполнять движения в характере музыки, сохраняя осанку, выворотность ног, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию, правильно исполнять этюды и танцевальные композиции.

Участники кружка за два года обучения должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь

высоких результатов. Качество приобретенных знаний проверяется в течение года, для этой цели проводится два раза в год мониторинг достижения ребенком планируемых результатов освоения программы. Кроме этого результат отслеживается в участии в мероприятиях детского сада, в концертах, фестивалях, конкурсах.

### **III Организационный раздел** **Календарный учебный график программы**

Обучение по программе осуществляется с 02.10. 2023 г. по 31.05.2024 г.

Количество учебных занятий составляет 32 неделю.

Продолжительность каникул с 01.01.2024 г. по 08.01.2024 г.

Отчетные периоды: отчетные концерты: 3 неделя января и последняя неделя мая.

#### **Условия реализации программы.**

Для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, концерты, творческие отчеты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т.д. Кроме того, необходимы следующие средства обучения:

- Светлый и просторный зал.
- Музыкальная аппаратура.
- Тренировочная одежда и обувь.
- Сценические костюмы.
- Реквизит для танцев.

**Форма отчетности:** отчетные концерты для родителей.

#### **Список литературы:**

1. А. И. Буренина «Ритмическая мозаика» программа по ритмической пластике для детей, С.-П., 2000 г.
2. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Са-фи-дан-се» программа танцевально- игровой гимнастики для детей, С.-П, 2000
3. Ж.Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина «Фитнес-данс» лечебно- профилактический танец, С.- П, 2000