

муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 280 Ворошиловского района Волгограда»

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
МОУ детским садом №280  
Протокол №1 от 31.08.2023



**УТВЕРЖДЕНО**

Заведующий  
МОУ детским садом №280  
*Свер* Свиридова Ю.В.

**Программа дополнительного образования**

**«Алекса»**

на 2023-2024 учебный год

Разработала: Строгина А.А.

Волгоград 2023

### **Пояснительная записка.**

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности и т.д. Основная направленность предлагаемой вашему вниманию программы является универсальной - это психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.

Работа хореографического кружка "Алекса" осуществляется на основе программы по танцевально-игровой гимнастике "Са-Фи-Дансе", рассчитанная на три года обучения детей от 4 до 6 лет. Программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста.

Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Он придает процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Основной целью программы является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень знаний. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

#### **Цели и задачи.**

Цель программы - развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. И, как известно, чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки...

Другими словами, программа нацелена на общее, гармоничное, психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания (например, коррекционных).

Из целей программы, предусматривается решение следующих основных задач для детей 4-7 лет.

### **1. Укрепление здоровья:**

- Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- Формировать правильную осанку;
- Содействовать профилактике плоскостопия;
- Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

### **2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:**

- Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;
- Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- Развивать ручную умелость и мелкую моторику.

### **3. Развитие творческих и созидательных способностей:**

- Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- Формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
- Развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

#### ***Особенности методики обучения.***

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

Начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению);

Этап углубленного разучивания упражнения;

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

Этап совершенствования упражнений можно считать законченным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

### ***Формы проведения занятий:***

Занятия хореографией делятся на несколько видов:

#### ***•Обучающие занятия.***

На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На уроке может быть введено не более 2-3 комбинаций.

#### ***•Закрепляющие занятия.***

Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторях выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

#### ***•Итоговые занятия.***

Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

#### ***•Импровизационная работа.***

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Обучая дошкольников по данной программе, к концу года мы добиваемся следующих результатов:

#### ***Первый год обучения (средняя группа).***

Показателем уровня развития является выразительность и непосредственность движений под музыку, умение точно координировать движения под музыку, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций. Приоритетным, в этом возрасте, является - развитие гибкости, пластичности, мягкости движений

#### ***Второй год обучения (старшая группа).***

Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный "запас" движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют

исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

*Третий год обучения (подготовительная к школе группа).*

Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

### **Содержание программы.**

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ ФГОС, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

По данной программе могут заниматься дети с разным уровнем хореографической подготовки и дети с физическими недостатками. Все занятия программы и досуговые мероприятия составлены самостоятельно с учётом специализации программы по хореографии.

Каждая эпоха требует активной целенаправленной работы с подрастающим поколением, требует новые формы и методы воспитания и обучения, такие которые отвечают настоящему времени. Воспитание личности, способной действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения, обладающих самостоятельностью при выборе видов деятельности и умеющих выразить свой замысел в творческой деятельности.

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Учитывая требования современного дополнительного образования, была создана образовательная программа танцевального кружка «Задоринки».

Данная комплексная программа реализует *основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:*

- Развивать мотивацию детей к познанию и творчеству;
- Содействовать личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- Приобщать подрастающее поколение к ценностям мировой культуры и искусству; сохранению и охране здоровья детей.

Соответственно были выбраны следующие *педагогические принципы и идеи:*

- гуманизации образования;
- личностно-ориентированного подхода;
- научности;
- интеграции;
- осуществление, как целостного, так и индивидуального подхода к воспитанию личности ребёнка;
- соответствие содержания возрастным особенностям обучающихся.

Все идеи, принципы, формы и методы, помещенные в разделах программы, нацелены на реализацию целей и задач: формирование всесторонне развитой личности, раскрытие потенциальных способностей, а также сохранение и укрепление здоровья детей.

Стратегической целью программы является формирование целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности.

Выполнение целевых установок предполагает создание условий для выполнения следующих задач:

***В области хореографии:***

- расширять знания в области современного хореографического искусства;
- способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- формировать умение понимать «язык» движений, их красоту.

***В области воспитания:***

- Содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- Развивать чувства гармонии, чувства ритма;
- Совершенствовать нравственно-эстетические, духовные и физические потребности.

***В области физической подготовки:***

- Развивать гибкость, координацию движений;
- Развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- укреплять физическое и психологическое здоровье.

В кружке «Алекса» занимаются дети с 4-5 лет. Наполняемость групп составляет 10-12 человек в младшей группе и 12-15 человек в старшей группе. Дети занимаются 2 раза в неделю.

В программе использованы приоритетные формы занятий: интегрированные, интегрированные с элементами импровизации, индивидуальные. В репетиционно-постановочные занятия включены количество разделов программы самостоятельно, интегрируя их в зависимости от сложности постановки танца или его тематики.

За 3 года обучения дети приобретают определенный баланс знаний, который они будут раскрывать, активизировать на занятии с элементами импровизации. Данная программа раскроет способности ребенка, поможет выразить и заявить о своем «Я», тем самым утвердить свое положение в современном мире. Программа обучения нацелена на расширение знаний о музыке, хореографии и на усовершенствование хореографического мастерства.

Программа *первого года обучения* развивает интерес и любовь к музыке, развивает способность передавать в пластике музыкальный образ, формирует потребность к самовыражению в движении под музыку, должны

• *знать*

обще развивающие упражнения на различные группы мышц;  
упражнения на гибкость, плавность движений;  
упражнения, включающие одновременные движения рук и ног.

• *уметь*

самостоятельно находить свободное место в зале;  
перестраиваться в круг;

становиться в пары и друг за другом;  
строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов;  
самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.

В результате освоения программы **второго года обучения** дети должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе, должны

•*знать*:

позиции рук и ног;  
названия классических движений;  
первичные сведения об искусстве хореографии.

•*уметь*:

воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;

соединять отдельные движения в хореографической композиции;

В конце **3 года обучения** учащиеся должны закрепить знания 2 года обучения, чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью, должны

*знать*:

новые направления, виды хореографии и музыки;  
классические термины;  
жанры музыкальных произведений.

*уметь*:

выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;  
контролировать и координировать своё тело;  
сопереживать и чувствовать музыку.  
выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;  
сопереживать, осуществлять взаимовыручку и взаимоподдержку.

### **Основные педагогические принципы.**

Танец – незаменимое действенное средство в решении этой задачи, важнейшее звено в создании эффективной образовательно-воспитательной системы.

Он является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка:

- Способствует развитию мышечной выразительности тела, формирует фигуру осанку, укрепляет здоровье;
- Формирует выразительные движенческие навыки, умение легко и грациозно танцевать, а также ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- Воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- Способствует воспитанию гармонических качеств и коррекции эмоционально-психических расстройств, нарушение общения и межличностного взаимодействия;
- Формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, ловкость, трудолюбие и целеустремленность;
- Развивает творческие способности детей (внимание, фантазию, воображение);
- Воспитывает коммуникативные качества детей, развивает чувство «локтя партнера», группового, коллективного действия.

Данная программа содержит несколько разделов: выработка осанки и походки, развитие музыкального слуха, чувства ритма, партерная гимнастика, развитие

двигательных навыков, элементы классического танца, элементы народного танца, танцевальные этюды и танцы.

В данной программе используются следующие педагогические принципы:

1) *Наглядность*. Показ физических упражнений, образный рассказ, подражание, имитация известных детям движений.

2) *Доступность*. Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

3) *Систематичность*. Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнение техники их исполнения.

4) *Закрепление навыков*. Многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

5) *Индивидуальный подход*. Учет особенностей возраста, особенностей каждого ребенка. Воспитание интереса к занятиям, активности ребенка.

### ***Принципы и подходы к реализации программы.***

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Программой предусмотрены следующие формы занятий:

- групповые,
- индивидуальные.

Методы и приемы реализации программы

— наглядно-слуховой. (представление музыкального материала, разбор по форме, составление сюжета танца)

— наглядно-зрительный. (показ движений педагогом, показ иллюстраций, помогающий составить более полное впечатление о композиции).

— словесный. (объяснение, беседа, диалог).

-практический. (упражнения, использование различных приемов для детального выучивания того или иного движения)

### **Возрастные образовательные нагрузки.**

#### **Методические рекомендации к организации занятий**

Музыкально-ритмические упражнения для детей должны быть простыми, танцевальные движения доступными для исполнения. Допускается использование некоторых новых танцевальных движений при соблюдении принципов:

- соответствия возрастным особенностям детей от простого к сложному доступности для исполнения.
- Более сложные движения и их комбинации можно включать в качестве индивидуальной работы.

Такие движения могут быть взяты из:

- образцов народных танцевальных движений,
- движений балльных танцев,
- современных эстрадных танцев,
- спортивных движений и элементов аэробики.



Музыкальный и методический материал для кружковой работы с детьми тщательно прорабатывается и периодически повторяется, чтобы дети смогли уверенно использовать его.

В качестве музыкального материала рекомендуется использование лучших образцов народной, в первую очередь русской-народной, музыка народов мира, а также мировой классической и современной музыки.

В качестве методического материала можно использовать:

- аудиозаписи музыкально-ритмических комплексов различной тематики
- музыкально-дидактические игры
- костюмы и атрибуты для танцев.

Необходимо помнить о физической, психической, эмоциональной нагрузках, не переутомлять детей большим количеством материала. Занятие кружка должно приносить детям радость, удовлетворение от преодоления трудностей, раскрывать их творческий потенциал.

Для детей дошкольного возраста разработана система занятий по музыкально - ритмическому движению, вобравшая в себя лучшее из отечественного и зарубежного опыта в этой области. В концепции отечественной системы занятий по ритмике для детей дошкольного возраста музыке отводится ведущая роль, а движение рассматривается как проявление эмоций, связанных с музыкальным образом, как средство усвоения музыкальных закономерностей.

Хореография – это начало, база, толчок для будущей физической формы ребенка, для будущего стиля и ритма его жизни.

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела, протекания нервных процессов и их зрелости, сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

На пятом году жизни формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети могут самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.

На шестом году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

Дети седьмого года жизни, имеют достаточно развитые двигательные навыки: они умеют ритмично ходить и бегать; легко, энергично, а также высоко поднимать ноги в коленях; скакать с ноги на ногу; самостоятельно строить круг, расширяя и уменьшая его; двигаться парами по кругу, сохраняя расстояние между парами; выполнять различные движения с предметами и без них; исполнять отдельные танцевальные движения (выставлять ноги вперед на прыжке, делать приставной шаг, с приседанием, полуприседанием, кружиться, продвигаясь вперед), способны

передавать игровые образы различного характера.

Занятия хореографией проводятся, в каждой возрастной группе 2 раза в неделю, во второй половине дня, после дневного сна.

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). (10-20 минут)

3. Заключительная – музыкальные игры, вспомогательные и корригирующие упражнения, поклон. (5 минут)

Длительность занятий составляет 20-30 минут.

### Календарный план работы с детьми 4-5 лет

Разделы	Строевые упражнения.	Хореографические упражнения	Танцевальные шаги.	Упражнения на растяжку.
Октябрь 1-2 занятия.	Марш по кругу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг.	Позиция ног и рук: первая и вторая. Поклон для мальчиков и реверанс для девочек. Упражнение для рук.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит.
3-4 занятия.	Марш по кругу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг.	Позиция ног и рук: первая и вторая. Поклон для мальчиков и реверанс для девочек. Упражнение для рук.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит.
5-6 занятия.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий	Позиция ног и рук: первая и вторая. Поклон для мальчиков и реверанс для девочек. Упражнение для рук.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка.

	бег, приставной шаг.			
7-8 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг.	Позиция ног и рук: первая и вторая. Поклон для мальчиков и реверанс для девочек. Упражнение для рук.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка.
Ноябрь. 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Позиция ног и рук: первая. Упражнение для рук. Релие.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка. Лодочка.
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Позиция ног и рук: первая. Упражнение для рук. Релие.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка. Лодочка.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю.	Позиция ног и рук: первая. Упражнение для рук. Релие.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит.

	Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.			Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши.
7-8 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Позиция ног и рук: первая. Упражнение для рук. Реливе.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши.
Декабрь 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег. Повороты направо, налево.	Позиция ног и рук: первая. Упражнение для рук. Реливе. Штопор.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка.
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий	Позиция ног и рук: первая. Упражнение для рук. Реливе. Штопор.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка.

	бег, приставной шаг, приставной бег. Повороты направо, налево.			
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка.
7-8 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка.
Январь. 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Вторая позиция с ног и рук. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Книжка. Лодочка. Волшебные карандаши. Летучая мышь.

3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Вторая позиция с ног и рук. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра.	Ходьба вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Книжка. Лодочка. Волшебные карандаши. Летучая мышь.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Вторая позиция с ног и рук. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра.	Ходьба вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Книжка. Лодочка. Волшебные карандаши. Летучая мышь.
7-8 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Вторая позиция с ног и рук. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра.	Ходьба вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь.
Февраль 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной).	Вторая позиция с ног и рук. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок.	Ходьба вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши.

	Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.		Бег захлестом.	Книжка. Летучая мышь. Колечко.
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперед назад (спиной). Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Вторая позиция с ног и рук. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперед назад (спиной). Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег, дробный шаг.	Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко.
7-8 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперед назад (спиной).	Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши.

	Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на приставной шаг, приставной бег, дробный шаг.		Бег захлестом.	Книжка. Летучая мышь. Колечко.
Март. 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперед назад (спиной). Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег, дробный шаг.	Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону).	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Книжка. Лодочка. Волшебные карандаши. Летучая мышь. Колечко. Корзинка.
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперед назад (спиной). Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег, дробный шаг.	Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону).	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю.	Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка.



	Ходьба вперёд назад (спиной). Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону).	Шаг в захлестом. Бег в захлестом.	Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка.
7-8 занятие.	Повторить занятие 5-6 (март).	Повторить занятие 5-6 (март).	Повторить занятие 5-6 (март).	Повторить занятие 5-6 (март).
Апрель. 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Упражнение для рук. Релие. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг в захлестом. Бег в захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея.
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу.	Упражнение для рук. Релие. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг в захлестом. Бег в захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко.

	Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.			Корзинка. Змея.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Построение колонну по сигналу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Упражнение для рук. Релие. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг в захлестом. Бег в захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Книжка. Лодочка. Волшебные карандаши. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея.
7-8 занятие.	Повторить занятие 5-6 (апрель).	Повторить занятие 5-6 (апрель).	Повторить занятие 5-6 (апрель).	Повторить занятие 5-6 (апрель).
Май. 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Построение колонну по сигналу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг,	Упражнение для рук. Релие. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг в захлестом. Бег в захлестом.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея. Плуг.

	приставной бег, дробный шаг змейкой.			
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Построение колонну по сигналу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Упражнение для рук. с Реливе. Штопор. Пордебра. в Замок. по Книжка. Ковырялочка (вперед и сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг в захлестом. Бег в захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея. Плуг.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш хлопками на 1-ю долю. Построение колонну по сигналу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Упражнение для рук. с Реливе. Штопор. Пордебра. в Замок. по Книжка. Ковырялочка (вперед и сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг в захлестом. Бег в захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея. Плуг.
7-8 занятие.	Открытое занятие.			

## Календарный план работы с детьми 5-6 лет

Разделы	Строевые упражнения	Хореографические упражнения.	Танцевальные шаги.	Упражнения на растяжку.
Октябрь 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Позиция ног и рук: первая и вторая. Поклон для мальчиков и реверанс для девочек. Упражнение для рук. Реливе.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит.
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.	Позиция ног и рук: первая и вторая. Поклон для мальчиков и реверанс для девочек. Упражнение для рук. Реливе.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег. Повороты направо, налево.	Позиция ног и рук: первая и вторая. Поклон для мальчиков и реверанс для девочек. Упражнение для рук. Реливе.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка.
7-8 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в колонну по сигналу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег. Повороты направо, налево.	Позиция ног и рук: первая и вторая. Поклон для мальчиков и реверанс для девочек. Упражнение для рук. Реливе.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка.

Ноябрь. 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в колонну по сигналу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег. Повороты направо, налево.	Позиция ног и рук: первая и вторая, третья. Постановка корпуса. Упражнение для рук. Реливе.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка. Лодочка.
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в колонну по сигналу. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег. Повороты направо, налево.	Позиция ног и рук: первая, вторая, третья. Постановка корпуса. Упражнение для рук. Реливе.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом..	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка. Лодочка.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег. Повороты направо, налево.	Позиция ног и рук: первая, вторая, третья. Постановка корпуса. Упражнение для рук. Реливе.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Бабочка летит. Бабочка на листике. Бабочка спит. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши.
7-8 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в колонну по сигналу.	Позиция ног и рук: первая, вторая, третья. Постановка корпуса. Упражнение для рук.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка.

	<p>Перестроение из колонны в несколько кругов.</p> <p>Танцевальная разминка по кругу:</p> <p>Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.</p> <p>Повороты направо, налево.</p>	Реливе.	<p>Шаг захлестом.</p> <p>Бег захлестом.</p>	Волшебные карандаши.
Декабрь 1-2 занятие.	<p>Марш по кругу.</p> <p>Марш с хлопками на 1-ю долю.</p> <p>Построение в колонну по сигналу.</p> <p>Перестроение из колонны в несколько кругов.</p> <p>Танцевальная разминка по кругу:</p> <p>Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.</p> <p>Повороты направо, налево.</p>	<p>Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.</p> <p>Постановка корпуса.</p> <p>Упражнение для рук.</p> <p>Реливе.</p> <p>Штопор.</p> <p>Пордебра.</p>	<p>Ходьба с вытянутым носком.</p> <p>Гуси.</p> <p>Подскоки.</p> <p>Шаг захлестом.</p> <p>Бег захлестом.</p>	<p>Тянуть носки сидя.</p> <p>Бабочка.</p> <p>Лягушка.</p> <p>Лодочка.</p> <p>Волшебные карандаши.</p> <p>Книжка.</p>
3-4 занятие.	<p>Марш по кругу.</p> <p>Марш с хлопками на 1-ю долю.</p> <p>Построение в колонну по сигналу.</p> <p>Перестроение из колонны в несколько кругов.</p> <p>Танцевальная разминка по кругу:</p> <p>Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, приставной шаг, приставной бег.</p> <p>Повороты направо, налево.</p>	<p>Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.</p> <p>Постановка корпуса.</p> <p>Упражнение для рук.</p> <p>Реливе.</p> <p>Штопор.</p> <p>Пордебра.</p>	<p>Ходьба с вытянутым носком.</p> <p>Гуси.</p> <p>Подскоки.</p> <p>Шаг захлестом.</p> <p>Бег захлестом.</p>	<p>Тянуть носки сидя.</p> <p>Бабочка.</p> <p>Лягушка.</p> <p>Лодочка.</p> <p>Волшебные карандаши.</p> <p>Книжка.</p>
5-6 занятие.	<p>Марш по кругу.</p> <p>Марш с хлопками на 1-ю долю.</p>	<p>Постановка корпуса.</p> <p>Упражнение для рук.</p> <p>Реливе.</p> <p>Штопор.</p>	<p>Ходьба с вытянутым носком.</p> <p>Гуси.</p>	<p>Тянуть носки сидя.</p> <p>Бабочка.</p> <p>Лягушка.</p>

	<p>Построение в колонну по сигналу.</p> <p>Перестроение из колонны в несколько кругов.</p> <p>Танцевальная разминка по кругу:</p> <p>Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблучка», приставной шаг, приставной бег.</p>	<p>Пордебра.</p> <p>Замок.</p>	<p>Подскоки.</p> <p>Шаг захлестом.</p> <p>Бег захлестом.</p>	<p>Лодочка.</p> <p>Волшебные карандаши.</p> <p>Книжка.</p>
7-8 занятие.	<p>Марш по кругу.</p> <p>Марш с хлопками на 1-ю долю.</p> <p>Построение в колонну по сигналу.</p> <p>Перестроение из колонны в несколько кругов.</p> <p>Танцевальная разминка по кругу:</p> <p>Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблучка», приставной шаг, приставной бег.</p>	<p>Постановка корпуса.</p> <p>Упражнение для рук.</p> <p>Реливе.</p> <p>Штопор.</p> <p>Пордебра.</p> <p>Замок.</p>	<p>Ходьба с вытянутым носком.</p> <p>Гуси.</p> <p>Подскоки.</p> <p>Шаг захлестом.</p> <p>Бег захлестом.</p>	<p>Тянуть носки сидя.</p> <p>Бабочка.</p> <p>Лягушка.</p> <p>Лодочка.</p> <p>Волшебные карандаши.</p> <p>Книжка.</p>
Январь. 1-2 занятие.	<p>Марш по кругу.</p> <p>Марш с хлопками на 1-ю долю.</p> <p>Построение в колонну по сигналу.</p> <p>Перестроение из колонны в несколько кругов.</p> <p>Танцевальная разминка по кругу:</p> <p>Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблучка», приставной шаг, приставной бег.</p>	<p>Постановка корпуса.</p> <p>Упражнение для рук.</p> <p>Реливе.</p> <p>Штопор.</p> <p>Пордебра.</p> <p>Замок.</p> <p>Книжка.</p>	<p>Ходьба с вытянутым носком.</p> <p>Гуси.</p> <p>Подскоки.</p> <p>Шаг захлестом.</p> <p>Бег захлестом.</p>	<p>Тянуть носки сидя.</p> <p>Бабочка.</p> <p>Лягушка.</p> <p>Книжка.</p> <p>Лодочка.</p> <p>Волшебные карандаши.</p> <p>Летучая мышь.</p>

3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег.	Постановка корпуса. Упражнение для рук. Релие. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка.	Ходьба вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Книжка. Лодочка. Волшебные карандаши. Летучая мышь.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег.	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – подготовительную Упражнение для рук. Релие. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка.	в Ходьба вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Книжка. Лодочка. Волшебные карандаши. Летучая мышь.
7-8 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу:	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – подготовительную Упражнение для рук. Релие. Штопор.	в Ходьба вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг захлестом. Бег захлестом.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь.



	Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблучка», приставной шаг, приставной бег.	Пордебра. Замок. Книжка.		
Февраль 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблучка», приставной шаг, приставной бег.	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную Батман. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка.	в Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг пружинкой.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко.
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблучка», приставной шаг, приставной бег.	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную Батман. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка.	в Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг пружинкой.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной).	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию.	в Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка.

	<p>Построение в колонну по сигналу.</p> <p>Перестроение из 4 колонны в несколько кругов.</p> <p>Танцевальная разминка по кругу:</p> <p>Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг.</p>	<p>5-8 – в третью позицию.</p> <p>4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную</p> <p>Батман.</p> <p>Упражнение для рук.</p> <p>Релие.</p> <p>Штопор.</p> <p>Пордебра.</p> <p>Замок.</p> <p>Книжка.</p>	<p>Шаг 1-захлестом.</p> <p>Бег в захлестом.</p> <p>Приставной шаг пружинкой.</p>	<p>Волшебные карандаши.</p> <p>Книжка.</p> <p>Летучая мышь.</p> <p>Колечко.</p>
7-8 занятие.	<p>Марш по кругу.</p> <p>Марш с хлопками на 1-ю долю.</p> <p>Ходьба вперёд назад (спиной).</p> <p>Построение в колонну по сигналу.</p> <p>Перестроение из 4 колонны в несколько кругов.</p> <p>Танцевальная разминка по кругу:</p> <p>Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг.</p>	<p>Руки в подготовительной позиции (плие):</p> <p>1-4 – в первую позицию.</p> <p>5-8 – в третью позицию.</p> <p>4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную</p> <p>Батман.</p> <p>Упражнение для рук.</p> <p>Релие.</p> <p>Штопор.</p> <p>Пордебра.</p> <p>Замок.</p> <p>Книжка.</p>	<p>Ходьба с вытянутым носком.</p> <p>Гуси.</p> <p>Подскоки.</p> <p>Шаг 1-захлестом.</p> <p>Бег в захлестом.</p> <p>Приставной шаг пружинкой.</p>	<p>Тянуть носки сидя.</p> <p>Бабочка.</p> <p>Лягушка.</p> <p>Лодочка.</p> <p>Волшебные карандаши.</p> <p>Книжка.</p> <p>Летучая мышь.</p> <p>Колечко.</p>
Март. 1-2 занятие.	<p>Марш по кругу.</p> <p>Марш с хлопками на 1-ю долю.</p> <p>Ходьба вперёд назад (спиной).</p> <p>Построение в колонну по сигналу.</p> <p>Перестроение из 4 колонны в несколько кругов.</p> <p>Танцевальная разминка по кругу:</p> <p>Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег,</p>	<p>Руки в подготовительной позиции (плие):</p> <p>1-4 – в первую позицию.</p> <p>5-8 – в третью позицию.</p> <p>4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную</p> <p>Батман.</p> <p>Жете.</p> <p>Упражнение для рук.</p> <p>Релие.</p>	<p>Ходьба с вытянутым носком.</p> <p>Гуси.</p> <p>Подскоки.</p> <p>Шаг 1-захлестом.</p> <p>Бег в захлестом.</p> <p>Приставной шаг пружинкой поворотом.</p>	<p>Тянуть носки сидя.</p> <p>Бабочка.</p> <p>Лягушка.</p> <p>Книжка.</p> <p>Лодочка.</p> <p>Волшебные карандаши.</p> <p>Летучая мышь.</p> <p>Колечко.</p> <p>Корзинка.</p>

	<p>ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг.</p>	<p>Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону).</p>		
3-4 занятие.	<p>Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг.</p>	<p>Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную. Батман. Жете. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону).</p>	<p>Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг пружинкой поворотом.</p>	<p>Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка.</p>
5-6 занятие.	<p>Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.</p>	<p>Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную. Батман. Жете. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону).</p>	<p>Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг пружинкой поворотом.</p>	<p>Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка.</p>

7-8 занятие.	Повторить занятие 5-6 (март).	Повторить занятие 5-6 (март).	Повторить занятие 5-6 (март).	Повторить занятие 5-6 (март).
Апрель. 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную Батман. Жете. Ронд. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	в Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг пружинкой поворотом. Лошадки.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея.
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Ходьба вперёд назад (спиной). Построение в колонну по сигналу. Перестроение из колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную Батман. Жете. Ронд. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка.	в Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг пружинкой поворотом. Лошадки.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея.

		Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.		
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение в колонну по сигналу. Перестроение из 4 колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблучка», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную позицию. Батман. Жете. Ронд. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг пружинкой и поворотом. Лошадки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Книжка. Лодочка. Волшебные карандаши. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея.
7-8 занятие.	Повторить занятие 5-6 (апрель).	Повторить занятие 5-6 (апрель).	Повторить занятие 5-6 (апрель).	Повторить занятие 5-6 (апрель).
Май. 1-2 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение в колонну по сигналу. Перестроение из 4 колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную позицию. Батман. Жете. Ронд. Гранд-батман. Упражнение для рук.	Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг пружинкой и поворотом. Лошадки.	Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея. Плуг.

	«каблучка», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.		
3-4 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение в колонну по сигналу. Перестроение из 4 колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу: Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблучка», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную позицию. Батман. Жете. Ронд. Гранд-батман. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	в Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг пружинкой и поворотом. Лошадки.	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка. Змея. Плуг.
5-6 занятие.	Марш по кругу. Марш с хлопками на 1-ю долю. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение в колонну по сигналу. Перестроение из 4 колонны в несколько кругов. Танцевальная разминка по кругу:	Руки в подготовительной позиции (плие): 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную позицию. Батман. Жете.	в Ходьба с вытянутым носком. Гуси. Подскоки. Шаг 1-захлестом. Бег в захлестом. Приставной шаг	с Тянуть носки сидя. Бабочка. Лягушка. Лодочка. Волшебные карандаши. Книжка. Летучая мышь. Колечко. Корзинка.

	Шаг на полупальцах и пятках, легкий бег, ходьба на полупальцах с «каблук», приставной шаг, приставной бег, дробный шаг змейкой.	Ронд. Гранд-батман. Упражнение для рук. Реливе. Штопор. Пордебра. Замок. Книжка. Ковырялочка (вперед и в сторону). Пружинка с вынесением ноги на пятку.	пружинкой и поворотом. Лошадки.	Змея. Плуг.
7-8 занятие.	Открытое занятие.			

### Используемая литература:

- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс»
- Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. — М.: Просвещение
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 200
- Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». — Ростов н/Дону: Феникс, 2003.
- Балет: Энцикл. — М.: Сов. энциклопедия, 1981.
- Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно-методическое пособие. — М.: Аркти, 2005. — 108 с.
- Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. — М.: Скрипторий, 2003, 2006. — 72 с.