

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка - детский сад №74 «Маячок»

Рассмотрена на педагогическом  
совете МАДОУ (протокол № 4  
от 30.05.2023 г.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ «ЦРР –  
детский сад № 74 «Маячок»  
Е.В. Чеснокова  
« 30 » 05 2023 г.



**Дополнительная  
общеобразовательная программа  
художественной направленности  
«Ритмическая пластика»  
ознакомительный уровень**

Автор программы: Среднякова Е.Б., музыкальный руководитель  
Возраст обучающихся: 4-7 лет  
Срок реализации программы: 3 года  
Педагог дополнительного образования: Среднякова Е.Б.

Великий Новгород  
2023 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа *ознакомительного уровня* «Ритмическая пластика» имеет **художественную направленность** и разработана с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей на основе программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика».

Обучение детей по программе «Ритмическая пластика», предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

**Актуальность.** Танец, как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка **всесторонне**.

**Новизна** программы «Ритмическая пластика» заключается в синтезе эстетического и физического развития ребенка. Использование новых педагогических технологий, новых методик преподавания, подразумевают развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Общеразвивающие упражнения, элементы танца, в сочетании с образностью, различного характера музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в **процессе игры**, (занятия проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации) выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве. Это, безусловно, оказывает положительное воздействие на здоровье детей.

Система упражнений выстроена **от простого к сложному**, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

**Педагогической целесообразностью** является воспитание нравственного самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного

языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

**Цель программы:** Целостное развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. Программа «Ритмическая пластика» нацелена на общее, гармоническое, духовное и физическое развитие ребенка.

**Задачи программы:**

**Образовательные:** через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки; расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса; умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок; умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

**Развивающие:** развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений; умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой; координация и укрепление опорно-двигательного аппарата; приобщение к совместному движению с педагогом.

**Воспитательные:** воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения; психологическое раскрепощение ребенка; воспитание умения работать в паре, коллективе.

Успешное решение поставленных задач возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

**Принципы:**

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

**Методические приемы:**

**Игровой метод.** Основным методом обучения танцу детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его неорганическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

**Наглядный метод** – выразительный показ под счет, с музыкой.

**Метод аналогий.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

**Словесный метод.** Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

**Практический метод** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

**Отличительные особенности.** Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);

- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;

- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

**Возраст детей.** Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усвершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. **Один и тот же учебный материал** для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

Первый год обучения: 4-5 года

Второй год обучения: 5-6 лет

Третий год обучения: 6-7 лет

**Сроки реализации.** Программа предназначена для обучения детей 4 – 7 лет и рассчитана на три учебных года.

Занятия проводятся один раз в неделю, во второй половине дня. Длительность занятий на первом году обучения – 20 минут, на втором – 25 минут, на третьем – 30 минут.

#### **Режим занятий**

Первый год обучения: 32 часа в год, по 1 разу в неделю, по 20 минут каждое;

Второй год обучения: 32 часа в год, по 1 разу в неделю, по 25 минут каждое;

Третий год обучения: 32 часа в год, по 1 разу в неделю, по 30 минут каждое.

**Обязательными условиями проведения занятий в музыкальном зале являются:**

- соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам;

- наличие формы;

- наполняемость групп не менее 15 человек.

#### **Структура занятия.**

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

**Вводную часть** составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует **основная часть**, в которой реализуются задачи этапов обучения.

**Третья часть занятия** - игровая. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы. Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в

заключительной части нагрузка постепенно снижается. Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

### **Виды и типы занятий**

Занятия проводятся с применением различных структур:

#### **1. Традиционное занятие**

#### **2. Тематическое занятие**

#### **3. Сюжетное занятие**

#### **4. Игровое занятие**

#### **5. Занятие - импровизация**

**1. Традиционные занятия** делятся на: - обучающие; - закрепляющие; - итоговые.

- *Обучающие занятия.* На занятиях детально разбирается движение. темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии 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 повторах 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.

**2. Тематическое занятие.** Оно состоит из подготовительной, основной и заключительной частей. Цель занятия: Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительному исполнению движений.

На занятии используются:

*1. Основные виды движений:* а) ходьба бодрая, спокойная, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.; б) бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.; в) прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки и др.

*2. Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц:* упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

*3. Плясовые движения:* элементы народных плясок, доступных по координации. Например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседание для девочек, и полуприсядка для мальчиков и др.;

- разучивание танцевальных упражнений: шаг польки, приставной шаг, поскоки и др., а также разучивание музыкально-ритмических композиций.

**3. Сюжетное занятие.** Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок. В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные, образно-игровые движения, жесты

раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях).

Цель занятия: -развивать у детей умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным – персонажем сказок; -развивать художественно-творческие способности посредством ритмической пластики. Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения. Занятие состоит из основных трех частей.

*Подготовительная часть:* сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка». *Основная часть:* это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию. *Заключительная часть* – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми. Можно использовать следующие сюжетные темы: «На лесной опушке», «Новогодняя сказка», «Путешествие по сказкам», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель».

**4. Игровое занятие.** Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие.

Цель занятия: -способствовать развитию у детей творческих и физических способностей; -содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве. Занятие состоит из трех частей:

подготовительная, основная, заключительная. В подготовительной части проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки. Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия. В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия. Можно использовать следующие темы игровых занятий: «В гостях у трех поросят», «Путешествие в Морское царство», «Поход в зоопарк», «В гости к Чебурашке» и др.

Возможно итоговое занятие, которое проводится в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности музыкального движения, усвоенному в какой-то определенный отрезок времени: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. д., для достижения наибольшей эффективности результатов необходима строгая продуманность каждого занятия, отдельных его частей, использование широкого арсенала методических приемов обучения, индивидуальный подход.

**5. Занятие – импровизация.** Цель занятия: - способствовать развитию у детей творческих и физических способностей; -содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве. Занятие состоит из

трех частей: подготовительная, основная, заключительная. В подготовительной части проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки. Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия. В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия. Можно использовать следующие темы игровых занятий: «В гостях у трех поросят», «Путешествие в Морское царство», «Поход в зоопарк», «В гости к Чебурашке» и др. Возможно итоговое занятие, которое проводится в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности музыкального движения, усвоенному в какой-то определенный отрезок времени: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца,

ритмические рисунки и т. д., для достижения наибольшей эффективности результатов необходима строгая продуманность каждого занятия, отдельных его частей, использование широкого арсенала методических приемов обучения, индивидуальный подход.

### **Формы подведения итогов**

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговое занятие;
- открытые занятия для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

### **Ожидаемые результаты**

**Первый год обучения (4-5 лет).** Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

**Второй год обучения (5-6 лет).** 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 танцевальными движениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, элементы классического танца и комплексы упражнений под музыку.

**Третий год обучения (6-7 лет).** Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Владеют основными танцевальными движениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, спортивные, народные, элементы классического танца и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

### **Общие:**

- дети с удовольствием посещают занятия, они активны и эмоциональны;
- каждый ребёнок может осознанно повторить выученные элементы танцев;
- родители интересуются занятиями детей;
- педагоги активно используют полученные умения детей на различных мероприятиях;
- выявление и привлечение способных детей к расширенным и углубленным дополнительным знаниям.

**Главный ожидаемый результат:** овладение детьми навыками ритмической пластики, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

## **Учебный план. Первый год обучения (4-5 лет).**

Для детей 4-5 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств

музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену частей музыки, в понимании пауз.

Приоритетные задачи:

- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений,
- воспитание самостоятельности в исполнении,
- побуждение детей к творчеству,
- стимулирование индивидуальных проявлений детей, инициативность в танцевальной деятельности.

### Учебный план

№ п\п	тема	Теория	Практика	Всего	Формы контроля
1	<b>Вводное ОБЖ Диагностика</b>	0,5	- 0,5	1	Опрос, диагностика
2	Сказочное знакомство с танцем	1	-	1	Наблюдения
3	Хозяйка танца - музыка	1	2	3	Беседа
4	Аэробика	1	2	3	Контрольные упражнения
5	Веселая разминка	1	2	3	Наблюдения
6	Азбука танца	0,5	4,5	5	Промежуточная диагностика
7	Рисунок танца	1	8	9	Наблюдения
8	Танцевальная игра	-	4	4	Наблюдения
9	Танцевальный микс	0,5	2,5	3	Итоговая диагностика
	Итого:	6,5	25,5	32	

### Содержание. Первый год обучения (4-5 лет).

#### 1. ТЕМА Вводное занятие ОБЖ, начальная диагностика:

1. Знакомство с залом,
2. Рассказ о правилах поведения на занятиях,
3. Провести **начальную диагностику на элементарных заданиях.**

#### 2. ТЕМА «Сказочное знакомство с танцем» (Введение в предмет)

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танца.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.
3. Просмотр Презентации «Мир танца».

#### 3. ТЕМА «Хозяйка танца - музыка»

Задачи:

1. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.
2. Развитие музыкальной памяти.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, регистр, ритмический рисунок, строение).

2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка, притопыванием).

3. Такт, ритмический рисунок.

4. Музыкальный жанр.

Полька, марш, вальс (устно определить жанр)

Игра: «Марш – полька – вальс»

5. Танцы.

«Антошка», «Красная шапочка», «Разноцветная игра», «Вальс с листочками», «Марш» (танец грибов).

#### **4. ТЕМА «Аэробика»**

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.

2. Развивать природные данные детей.

3. Исправлять дефекты осанки.

4. Укреплять физическое и психическое здоровье.

Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Колечко», «Лодка», «Собачка», «Рыбка», «Качели», «Кораблик».

2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».

3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».

4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан», «Гуси»

5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».

6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».

7. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Крыло».

8. Танцы: «Антошка», «Красная шапочка», «Разноцветная игра», «Вальс с листочками», «Марш» (танец грибов).

8. Игровая композиция «Птички и ворона».

#### **5. ТЕМА «Веселая разминка»**

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.

2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

Содержание:

*Комплексы движений разминки:*

1. «Девочка и мячик» (одни ребенок прыгает на одной ноге, а второй на корточках прыгает, как мячик)

2.«Лягушки» (приседают, колени в сторону)

3.«Цапли» (ходьба с поднятием то правого, то левого колена)

4.«Травка растет» (сидя на корточках, поднимают правую, потом левую руку, потом постепенно встают, вырастают, поднимают руки вверх)

5.Танцы: «Маленький танец» муз.Кулау, «Манечки и Ванечки».

#### **6. ТЕМА «Азбука танца»**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.
4. **Провести промежуточную диагностику.**

Содержание:

*Шаги:*

- танцевальный шаг с носка,
- маршевый,
- хороводный.
- на полупальцах,
- поскоки,
- галоп,
- топающий шаг,
- ходьба на четвереньках,
- ходьба полуприсядом,

*Бег:*

- мелкий на полупальцах,
- передающий различные образы,
- с высоко поднятыми коленями,
- широкий («волк»),
- острый (бежим по «горячему песку»)

*Прыжки:*

- на двух ногах вместе,
- с продвижением вперед,
- прямой галоп «лошадки»,
- пряжки вокруг себя на 360°
- постановка корпуса
- перегиб корпуса вперед и в сторону,
- позиции рук.

## **7. ТЕМА «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
  2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории хоровода):
    - замкнутый круг;
    - раскрытый круг (полукруг);
    - круг в круге,
    - лицом в круг, спиной из круга
- круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия» («Плетень», «Танец с платками»)
  - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
  - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

## **8. ТЕМА «Танцевальная игра» (Комплекс упражнений игровой ритмики)**

Задачи:

- 1.Развивать внимание
- 2.Развивать координацию движений
- 3.Развивать зрительную и слуховую память
- 4.Подготовить детей к исполнению более сложных элементов

Содержание:

Разучивание новых композиций «Птички и ворона», «Красная шапочка», «Куклы с мишкой», «Антошка», «Волшебный цветок».

### **9.ТЕМА «Танцевальный микс»**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.

### **3. Провести итоговую диагностику.**

Содержание:

Танцы: «Пчелки», «Курочка и цыплята», «Танец звездочек», «Матрешки».

Пляски: «Приглашение», «Топни, ножка моя», «Веселые гномики».

**Учебный план. Второй год обучения (5-6 лет).** В возрасте 5-6 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнении, эмоционально осознанное восприятие. Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения.

### **Приоритетные задачи:**

- умение оперировать музыкальными представлениями;
- продолжать формировать умение сочетать пантомиму, танец, пластику;
- учить отражать в танцевальных импровизациях изменения в музыкальном образе;
- вводить элементы бального и современного массового танца.

## **Учебный план**

№ п\п	Тема	Теория	Практика	Всего	Формы контроля
1	Вводное ОБЖ, <b>Начальная диагностика</b>	0,5	- 0,5	1	Опрос, диагностика
2	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1	Наблюдения
3	Хозяйка танца-музыка	1	2	3	Беседа
4	Аэробика	1	3	4	Контрольные упражнения
5	Азбука танца	1	3	4	Наблюдения, опрос
6	Рисунок танца	0,5	3,5	4	Промежуточная диагностика
7	Народный танец	1	3	4	Наблюдения
8	Бальный танец	1	3	4	Наблюдения
9	Танцуем, играя	1	3	4	Наблюдения
10	Танцевальный микс	0,5	2,5	3	Итоговая диагностика

Итого:	8,5	23,5	32	
--------	-----	------	----	--

## **Содержание. Второй год обучения (5-6 лет)**

### **1. Вводное занятие ОБЖ, начальная диагностика.**

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести **начальную диагностику на элементарных движениях.**

### **2. ТЕМА «Волшебное знакомство с танцем»**

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, балльными.
2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
4. Беседа о любимых танцах.
5. Просмотр Презентации «Мир танца»

### **3. ТЕМА «Хозяйка танца – музыка»**

Задачи:

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.
2. Расширить представления о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).
  - выделять сильную долю, слышать слабую долю;
  - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
  - прохлопывать заданный ритмический рисунок.
4. Музыкальный жанр
  - полька, марш, вальс (устно определить жанр)
  - игра: «Марш – полька – вальс»
5. Слушать музыку, уметь двигаться под нее.
6. Танцы: «Осенний парк» Е. Дога «Вальс», полька «Кремена», пластический этюд с предметами (обручи, ленты, листья)

### **4. ТЕМА «Аэробика»**

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.

Содержание:

1. Упражнения на полу: постановка корпуса; работа на стопы; растяжка; работа над укреплением брюшного пресса, мышц шеи.
2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги с хлопками).
3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
9. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»
10. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
11. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
12. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
13. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
14. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Журавель»
15. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа.
15. Игровая композиция «Просто так».

#### **5. ТЕМА «Азбука танца» (элементы классического танца)**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Упражнения на середине:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия рабочая нога и опорная;
- постановка корпуса;
- подъем на полупальцы;
- полуприседание;
- чередование подъема и полуприседания;
- реверанс;
- шаги вперед и в сторону;
- легкие прыжки;
- раскрутка;
- постановка рук;

Танцы:

#### **6. ТЕМА «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)**

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

Танцевальные этюды на современном материале.

## 7. ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.
- 4. Провести промежуточную диагностику.**

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг»:
  - замкнутый круг;
  - круг в круге;
  - лицом в круг, лицом из круга;
  - круг парами,
  - движение противоходом.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
  - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план); •
  - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).
3. Понятие «Диагональ»:
  - перестроение из круга в диагональ;
  - перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).
4. Рисунок танца «Спираль».
  - Игра «Клубок ниток».
5. Рисунок танца «Змейка»:
  - горизонтальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

## 8. ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;
3. Изучение основ русского народного танца:
  - развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», «ковырялочка»;
  - работа рук в русском танце;
  - навыки работы с платочком;
  - русский поклон;
  - подскоки;
  - бег с вытянутыми носочками
  - боковой галоп
  - шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
  - хлопки
  - «ковырялочка» вперед и в сторону;

- пружинка с поворотом;
- приставные шаги в сторону;

*Ходы:*

- простой, на полупальцах,
- боковой, приставной,
- беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

*Подготовка к «дробям»:*

- притопы,
- удары полупальцами, удары каблуком;

*Хлопки и хлопушки для мальчиков:*

- одинарные по бедру и голенищу.
- каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
- присядка с выставлением ноги на пятку

## **9. ТЕМА «Бальный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».

Содержание:

1. Презентация

2. Изучение основ танца «Полька»:

-подскоки, галоп;

*положения в паре:*

-комбинирование изученных элементов;

-«лодочка»,

-руки «крест- накрест»,

-мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.

3. Изучение основ танца «Вальс»:

*основные элементы:*

-«качели»,

-«вальсовая дорожка»,

-«перемена»;

-покачивание в разные стороны)

*работа в паре:*

-положение рук в паре,

-вращение «звездочка»;

*простые танцевальные комбинации.*

Танцы: «Полька Анна», «Маленький принц».

## **10. ТЕМА «Танцевальный микс»**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.
4. **Провести итоговую диагностику.**

Содержание:

Хороводные танцы: «Россия-матушка», «Красный сарафан»

Сюжетные танцы: «Ходики», «Аквариум», «Лягушки и цапля»

Детские танцы «Барбарики», Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: «Украинская полечка», «Сиртаки», «Русские узоры», «Казачата», «Веселый рок-н-рол»,

Образные танцы: «Пингвины», «Снеговики», «Бабочки», «Стирка», «Моряки».

### **Учебный план. Третий год обучения (6-7 лет).**

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи:

- развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений,
- умение импровизировать под незнакомую музыку,
- формирование адекватной оценки и самооценки,
- укрепление психического и физического здоровья средствами ритмической пластики (формирование правильной осанки и походки).

### **Учебный план**

№ п\п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего	Формы контроля
1	Вводное ОБЖ, <b>Начальная диагностика</b>	0,5	- 0,5	1	Опрос, диагностика
2	Волшебный мир танца	1	-	1	Наблюдения
3	Хозяйка танца - Музыка	1	2	3	Беседа
4	Аэробика	-	3	3	Контрольные упражнения
5	Азбука танца	1	4	5	Наблюдение, опрос
6	Рисунок танца	0,5	2,5	3	Промежуточная диагностика
7	Народный танец	1	2	3	Наблюдения
8	Бальный танец	1	2	3	Наблюдения
9	Танцуем, играя	-	2	2	Наблюдения
10	Танцевальный микс	0,5	7,5	8	Итоговая диагностика
	Всего:	6,5	25,5	32	

### **СОДЕРЖАНИЕ. Третий год обучения (6-7 лет).**

#### **1. Вводное занятие ОБЖ, начальная диагностика.**

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия, (поклон).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести **начальную диагностику.**

## **2.ТЕМА «Волшебный мир танца»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.
3. Познакомить детей с разновидностями балльных танцев.
4. Беседа о стилях и направлениях.
5. Просмотр Презентации «Мир танца».

## **3.ТЕМА «Хозяйка танца - Музыка»**

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные ранее.
2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, форму).
2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом)

- уметь выделять сильную долю;

- уметь начинать движение из-затакта;

- творческая задача: поочередное вступление (канон) на 2/4, 3/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;

- игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»

### **3. Музыкальный жанр**

- полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)

- игра: «Марш – полька – вальс»

### **5. Слушать музыку и двигаться под неё.**

## **4.ТЕМА «Аэробика»**

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.

Содержание:

### **1. Упражнения на полу:**

- постановка корпуса;

- работа на стопы;

- растяжка;

- работа над укреплением брюшного пресса.

### **2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги с хлопками).**

3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра», «Колечко», «Свечка», «Мостик», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».

4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»

5. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».

6. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
7. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
8. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
9. Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».
10. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа, полушпагаты.
11. Игровая композиция «Море волнуется»

## **5. ТЕМА «Азбука танца»**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

### 1. Упражнения на середине:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- постановка корпуса;
- подъем на полупальцы;
- приседание;
- чередование подъема с приседанием;
- полуприседание во всех направлениях (I-я позиция);
- легкие прыжки
- перегиб корпуса вперед и в сторону.
- положение рук;
- перевод рук из позиции в позицию (щар -цветок-птица );
- повороты головы на 1/2; 1/4.

### 2. Танцы:

## **6. ТЕМА «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.
- 4. Провести промежуточную диагностику.**

Содержание:

### 1. Движение по линии танца.

Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):

- замкнутый круг;
- раскрытый круг (полукруг);
- круг в круге;
- сплетенный круг (корзиночка);
- лицом в круг, лицом из круга; • круг парами.

### 2. Перестроение из одного вида в другой.

Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);

- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

Рисунок танца «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;

- перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

Рисунок танца «Спираль».

- игра «Клубок ниток».

Рисунок танца «Змейка»

- горизонтальная;

- вертикальная.

Рисунок танца «Воротца»:

- игра – танец «Бесконечный».

## **7.ТЕМА «Народный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.

2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.

3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Презентация «Русский танец»;

2. Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

*Развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», «ковырялочка»;*

- работа рук в русском танце;

- навыки работы с платочком;

- русский поклон;

- поскоки;

- припадания;

- тройные прыжки

- бег с вытянутыми носочками

- боковой галоп

- шаг с вытянутыми носочками (хороводный)

- хлопки

- движение с выставлением ноги на носок;

- движение «ключик»

- «ковырялочка» вперед и назад

- пружинка с поворотом - приставные шаги в сторону,

*Ходы:*

- простой, на полупальцах,

- боковой,

- приставной,

- боковой ход «припадание».

*Подготовка к «дробям»:*

- притопы,

- удары полупальцами, удары каблуком;

*Хлопки и хлопушки для мальчиков:*

- одинарные по бедру и голенищу.

- каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.

Танец:

Хоровод:

## **8. ТЕМА «Бальный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».
4. Разучить основные движения танца «Вару-вару»

Содержание:

1. Презентация «Бальный танец»

2. Изучение основ танца «Полька»:

- пскоки, шаг польки, галоп;
- комбинирование изученных элементов;
- положения в паре:
- «лодочка»,
- руки «крест-накрест»,
- мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.

3. Изучение основ танца «Вальс»:

Основные элементы:

- «качели»,
- «квадрат»,
- «ромб»,
- «вальсовая дорожка»,
- «перемена»;
- покачивание в разные стороны)

Работа в паре:

- положение рук в паре,
- «ромб» в паре,
- вращение «звездочка»;
- простые танцевальные комбинации.

Танцы:

## **9. ТЕМА «Играя, танцуем»**

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Ни кола, ни двора», «Кукляндия», «Звериная аэробика».

## **10. ТЕМА «Танцевальный микс»**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.
4. Провести итоговую диагностику.

Содержание:

*Хороводные танцы:* «Аленушки», «Василек», «Родные просторы»

*Сюжетные танцы:* «Самовар», «Отдых летом», «На птичьем дворе» *Детские танцы* «Барбарики», «Друзья», «Зажигай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия».

*Танцы народов мира:* «Восточный танец», «Сиртаки», «Русский перепляс», «Казачата», «Ковбой», «Аргентинское танго», «Танец с тросточками», «Веселый рок-н-рол», «Цыганский танец».

*Образные танцы:* «Пингвины», «Снеговики», «Гномики», «Бабочки».

### Диагностика развития детей в музыкально-ритмической деятельности

Критерии оценки	Интерес	Музыкальность	Эмоциональность	Креативность	Освоение программы	Лабильность нервных процессов	Формирование осанки	Ориентировка в пространстве
№ Ф.И.								
Начало - середина - конец года	09.01.05	09.01.05	09.01.05	09.01.05	09.01.05	09.01.05	09.01.05	09.01.05
1.Иванов В.	Н Н С	Н Н С	- - +	- + +	Н С С	С С С	+++	Н С С
2.Петров П.	С С С	С С В	+++	+++	С С В	С В В	-++	С С В
3. Сидоров С.	В В В	С В В	+++	+++	В В В	В В В	+++	В В В

**Интерес** и потребность в музыкальном движении. **Музыкальность** (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности). **Эмоциональность**, выразительность исполнения. **Креативность** (способность к импровизации в движении под музыку: оригинальность, разнообразие используемых движений). **Освоение разнообразных видов движений** в соответствии с программным содержанием. **Подвижность, лабильность нервных процессов** (умение переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой. Менять направление движения, перестраиваться). Для каждого возраста педагог определяет разные критерии музыкальности в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка, ориентируясь на объем умений, прописанный в задачах.

**Музыкальность: 1-год обучения, 2-год обучения, 3-год обучения.** **Высокий уровень** – умение передавать характер музыки, оттенки настроения, темп, динамику, меняет движение в соответствии с музыкой, исполняет ритмические композиции **1-го уровня сложности**. Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения, исполняет ритмические композиции **2-го уровня сложности**. Развиты способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики, исполняет ритмические композиции **3-го уровня сложности**. **Средний уровень** (1-й год обучения) – в движениях передает характер и темп, движения меняет не всегда, следит за подсказкой. (2-й год обучения)- не точно передает ритмический рисунок, не хватает выразительности и эмоций, не совсем справляется с темпом. (3 –й год обучения) -неэмоционален, но движения совпадают с темпом, метроритмом, передает только общий характер **Низкий уровень**- (1-й год обучения) не передает характер музыки, оттенки настроения, движения не совпадают с

темпом и с началом и концом произведения. (2-й год обучения) – не улавливает метр, ритм, акцент, пульсацию, не чувствует музыкальную форму. (3 –й год обучения) - неэмоционален, движения не совпадают с темпом, метроритмом, ориентирован только на начало и конец произведения.

**Эмоциональность:** По всем возрастным категориям оценивается по внешним проявлениям: «+» яркий и выразительный - высокий уровень, и «-» невыразительный с бедной мимикой - низкий уровень. **Креативность** так же оценивается, как и эмоциональность: «+» и «-»

**Освоение программы:** **Высокий уровень** (все возрастные категории) – освоил все виды движения, уверенно их выполняет. **Средний уровень** (все возрастные категории) - не все движения получаются, выполняет уверенно, но не точно. **Низкий уровень** (все возрастные категории) – не справился с программой.

**Подвижность и лабильность нервных процессов:** **Высокий уровень** – точно и ловко выполняет движения, координирует движения рук и ног, исполняет ритмические композиции соответственно (1-го, 2-го, 3-го уровня сложности). **Средний уровень** – не точно выполняет движения, путается, при подсказке исправляется, исполняет ритмические композиции соответственно (1-го, 2-го, 3-го уровня сложности). **Низкий уровень** - не справляется с ритмическими композициями (1-го, 2-го, 3-го уровня сложности).

**Формирование осанки** – оценивается на основе наблюдений и медицинских данных – норма: «+», проблема «-».

**Формирование навыков ориентировки в пространстве:** оценивается на основе наблюдений за исполнением различных перестроений (в соответствии с возрастными возможностями). **Высокий уровень** - выполняет движения в нужном направлении (направо – налево, вперед – назад), быстро перестраивается, может быть ведущим. **Средний уровень** – путается в перестроении, ищет подсказки. **Низкий уровень** – выполняет все по показу педагога.

### Список используемой литературы.

1. «Ритмическая мозаика» программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста А.И. Бурениной.- СПб.: ЛОИРО, 2010 г.
2. «Ритмическая мозаика» программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста 3-7 лет А.И. Бурениной.-СПб.: ЛОИРО, 2012г.
3. «Тутти» программа музыкального воспитания детей дошкольного возраста. Л.И. Буренина, Т.Э. Тютюнникова, СПб; «Музыкальная палитра», 2012
4. «Танцы для детей среднего возраста» Т.И.Суворовой. –СПб.:2008г.
5. «Праздник-праздником» Г.Гусевой. -СПб.: «И-мидж», 2007г.
6. «Танцевальная ритмика для детей» выпуски№2. Т.И.Суворовой. -СПб.: «Музыкальная палитра», 2005г.
7. «Танцевальная ритмика для детей» выпуски№3. Т.И.Суворовой. -СПб.: «Музыкальная палитра», 2006г.
8. «Танцевальная ритмика для детей» выпуски№4. Т.И.Суворовой. -СПб.: «Музыкальная палитра», 2007г.
9. «Танцевальная ритмика для детей» выпуски№5. Т.И.Суворовой. -СПб.: «Музыкальная палитра», 2008г.
10. «Наш веселый хоровод» музыкально-игровой материал для дошкольников и младших школьников С.И. Мерзлякова, Т.П.Мерзлякова. –Москва.:2002г.

11. «Спортивные олимпийские танцы для детей» выпуск №1 Т.И. Суворовой. –СПб.: 2008
12. «Спортивные олимпийские танцы для детей» выпуск №2 Т.И. Суворовой. –СПб.: 2009

### Календарный учебный график. Первый год обучения (4-5 лет).

№ п/п	Месяц	Неделя	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь	1	15-20 – 15-40	фронтальная	0,5 /0,5	<b>ОБЖ. Начальная диагностика</b>	зал	текущая
2	октябрь	2	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Сказ. знакомство с танцем	зал	текущая
3	октябрь	3	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Хозяйка танца - Музыка	зал	текущая
4	октябрь	4	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Хозяйка танца - Музыка	зал	текущая
5	ноябрь	1	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Хозяйка танца - Музыка	зал	текущая
6	ноябрь	2	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Аэробика	зал	текущая
7	ноябрь	3	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Веселая разминка	зал	текущая
8	ноябрь	4	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Аэробика	зал	текущая
9	декабрь	1	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Веселая разминка	зал	текущая
0	декабрь	2	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Аэробика	зал	текущая
11	декабрь	3	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Веселая разминка	зал	текущая
12	декабрь	4	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Азбука танца	зал	текущая
13	январь	2	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Азбука танца	зал	текущая
14	январь	3	15-20 – 15-40	фронтальная	0,5/0,5	Азбука танца. <b>Промежуточная диагностика</b>	зал	текущая
15	январь	4	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Азбука танца	зал	текущая
16	январь	5	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Азбука танца	зал	текущая
17	февраль	1	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Рисунок танца	зал	текущая
18	февраль	2, 3, 4	15-20 – 15-40	фронтальная	3	Рисунок танца	зал	текущая
19	март	1, 2, 3, 4	15-20 – 15-40	фронтальная	4	Рисунок танца	зал	текущая
20	апрель	1	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Рисунок танца	зал	текущая
21	апрель	2, 3	15-20 – 15-40	фронтальная	2	Танцевальная игра	зал	текущая
22	апрель	4	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Танцевальная игра	зал	текущая
23	май	2	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Танцевальная игра	зал	текущая
24	май	3	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Танцевальный микс	зал	текущая
25	май	4	15-20 – 15-40	фронтальная	1	Танцевальный микс	зал	текущая
26	май	5	15-20 – 15-40	фронтальная	0,5 0,5	Танцевальный микс <b>Итоговая диагностика</b>	зал	текущая

### Календарный учебный график. Второй год обучения (5-6 лет)

№ п\п	Месяц	Неделя	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь	1	15.50-16.15	фронтальная	1	<b>ОБЖ. Начальная диагностика</b>	зал	текущая
2	октябрь	2	15.50-16.15	фронтальная	1	Сказ. знакомство с танцем	зал	текущая
3	октябрь	3, 4	15.50-16.15	фронтальная	2	Хозяйка танца - Музыка	зал	текущая
4	ноябрь	1	15.50-16.15	фронтальная	1	Хозяйка танца - Музыка	зал	текущая
5	ноябрь	2, 3, 4	15.50-16.15	фронтальная	3	Аэробика	зал	текущая
6	декабрь	1	15.50-16.15	фронтальная	1	Аэробика	зал	текущая
7	декабрь	2, 3, 4	15.50-16.15	фронтальная	3	Азбука танца	зал	текущая
8	январь	2	15.50-16.15	фронтальная	1	Азбука танца	зал	текущая
9	январь	3, 4, 5	15.50-16.15	фронтальная	3	Рисунок танца	зал	текущая
10	февраль	1	15.50-16.15	фронтальная	0,5 0,5	Рисунок танца <b>Промежуточная диагностика</b>	зал	текущая
11	февраль	2, 3, 4	15.50-16.15	фронтальная	3	Народный танец	зал	текущая
12	март	1	15.50-16.15	фронтальная	1	Народный танец	зал	текущая
13	март	2, 3, 4	15.50-16.15	фронтальная	3	Бальный танец	зал	текущая
14	апрель	1	15.50-16.15	фронтальная	1	Бальный танец	зал	текущая
15	апрель	2, 3, 4	15.50-16.15	фронтальная	3	Танцуем, играя	зал	текущая
16	май	2	15.50-16.15	фронтальная	1	Танцуем, играя	зал	текущая
17	май	3, 4	15.50-16.15	фронтальная	2	Танцевальный микс	зал	текущая
18	май		15.50-16.15	фронтальная	0,5 0,5	Танцевальный микс <b>Итоговая диагностика</b>	зал	текущая

### Календарный учебный график. Третий год обучения (6-7 лет)

№ п\п	Месяц	Неделя	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь	1	16.25-16.55	фронтальная	0,5 0,5	<b>ОБЖ</b> <b>Начальная диагностика</b>	зал	текущая
2	октябрь	2	16.25-16.55	фронтальная	1	Волшебный мир танца	зал	текущая
3	октябрь	3, 4	16.25-16.55	фронтальная	2	Хозяйка танца - Музыка	зал	текущая
4	ноябрь	1	16.25-16.55	фронтальная	1	Хозяйка танца - Музыка	зал	текущая
5	ноябрь	2, 3, 4	16.25-16.55	фронтальная	3	Аэробика	зал	текущая
6	декабрь	1, 2, 3, 4	16.25-16.55	фронтальная	4	Азбука танца	зал	текущая
7	январь	2	16.25-16.55	фронтальная	1	Азбука танца	зал	текущая
8	январь	3, 4	16.25-16.55	фронтальная	2	Рисунок танца	зал	текущая
9	январь	5	16.25-16.55	фронтальная	0,5 0,5	Рисунок танца <b>Промежуточная диагностика</b>	зал	текущая
10	февраль	1, 2, 3	16.25-16.55	фронтальная	3	Народный танец	зал	текущая
11	февраль	4	16.25-16.55	фронтальная	1	Бальный танец	зал	текущая
12	март	1, 2	16.25-16.55	фронтальная	2	Бальный танец	зал	текущая
13	март	3, 4	16.25-16.55	фронтальная	2	Танцуем, играя	зал	текущая
14	апрель	1, 2, 3, 4	16.25-16.55	фронтальная	4	Танцевальный микс	зал	текущая
15	май	2	16.25-16.55	фронтальная	3	Танцевальный микс	зал	текущая
16	май	3, 4, 5	16.25-16.55	фронтальная	0,5 0,5	Танцевальный микс <b>Итоговая диагностика</b>	зал	текущая

