

Частное дошкольное образовательное учреждение педагогических
новаций и технологий «УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР «ПРЕССТО»
(Образовательное учреждение «УЦП»)

ПРИНЯТО

На Педагогическом совете
Образовательного учреждения «УЦП»

Протокол №3 от 31.05.2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
Образовательного учреждения «УЦП»



Н.Е. Потемкина

Приказ №53 от 01.06.2021г.

**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Ритмопластика и танец для малышей»
для детей от 3 до 7 лет**

Срок реализации программы: 4 года

Автор:
Афанасьева Екатерина Владимировна
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2021г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмопластика и танец для малышей» разработана в соответствии с:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г № 273-ФЗ
- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования

Программа предназначена для использования в образовательных организациях и рассчитана на работу с детьми от 3 до 7 лет.

Программа направлена на формирование общей культуры, развитие творческих способностей и личностных качеств, сохранение и укрепление здоровья детей.

С древних времён движение, пластика, танец играли неотъемлемую роль в гармоничном развитии человека. Известно, какое внимание уделяли древние греки музыке и танцу. Древнегреческий философ Сократ говорил: «У бегунов толстые ноги и слабые руки, у борцов - плечи широкие и бёдра худые, лишь танец равномерно развивает всё тело».

В разные исторические времена, задумываясь о качественном образовании своих детей, люди включали в образовательные программы такие предметы, как музыка и танец. В России, начиная со времён петровских реформ, танец стал неотъемлемой частью образования привилегированных слоёв общества.

В 20-е годы XX века в нашей стране получила признание система музыкально-ритмического воспитания - ритмика. Она успешно используется и сейчас в учебных заведениях разного профиля: музыкальных, хореографических, театральных школах. В основу этого предмета положено развитие музыкальности посредством движения, органически связанного с музыкой.

Взяв за основу систему музыкально-ритмического воспитания швейцарского музыканта и педагога Э.Жака-Далькроза, педагоги-музыканты нашей страны развили её и обогатили новыми элементами. Педагоги-хореографы в XX веке умело преломили эту программу, связав её с танцем и придав ей хореографическую направленность.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

С конца XX века в нашей стране во многих образовательных учреждениях практикуется привлечение к занятиям ритмикой, ритмопластикой и танцем детей дошкольного возраста, а именно, 3-7 лет. Для качественного, продуманного обучения нужны новые программы, адресованные, именно, дошкольному возрасту. Отличительная особенность данной программы в том, чтобы, учитывая предыдущий опыт, разработан более эффективный комплекс обучения малышей.

Отличительная особенность данной программы

Программа должна, помимо развития двигательных навыков ребёнка и повышения оздоровительного уровня детей, способствовать развитию важных психических качеств личности, эмоциональной сферы, развитию творческих способностей.

В программе используются самые разнообразные элементы пластики и танца – от фольклорных мотивов и гимнастических элементов до танцевальных композиций, построенных на современных ритмах.

Актуальность

В настоящее время всё более ранняя акселерация детей, компьютеризация общества, усложнение обучающих программ приводит к тому, что молодые родители, начинают с ранних лет обучать ребёнка компьютерным технологиям, иностранным языкам и прочим дисциплинам, из которых в будущем можно извлечь пользу и сделать своё дитя успешным в

жизни. Физическому же развитию ребёнка уделяется меньше времени. Это приводит к ухудшению здоровья, различным физическим недугам, плохой адаптации в обществе.

В настоящее время в образовательных учреждениях в работе с малышами широко практикуется хореографами комплекс статических растяжек, названный «игровым стретчингом».

Программа «Ритмопластика и танец для малышей» включает в себя как «статические растяжки», так и развитие музыкальности, чувства ритма, подвижности, выразительности движения, умения ориентироваться в пространстве, коммуникабельности, культуры общения – всё то, что необходимо ребёнку в современном обществе.

Применение современных технологий, современной методики, акцентирование внимание на сегодняшних проблемах воспитания детей через предмет - в этом автор видит актуальность создания данной программы.

Целесообразность

Программа разработана с учётом современного подхода к воспитанию и обучению детей, «петербургской концепции» воспитания подрастающего поколения, перехода на новые образовательные стандарты для дошкольников. Она достаточно вариативная и позволяет проявить индивидуальный творческий подход к воспитанникам разных групп.

Педагогическая целесообразность программы основывается на современной «петербургской концепции» воспитания человека XXI века.

Направленность – художественная

Цель программы

Способствовать гармоничному развитию ребёнка, помочь адаптации в обществе, создать условия для развития музыкально-двигательных и творческих способностей, оздоровления организма, помочь в правильном формировании фигуры ребёнка, раскрыть эмоциональные задатки.

Задачи

Развивающие:

- развитие и укрепление костно-мышечной системы,
- координации движений, чувства ритма, музыкального слуха,
- эмоциональной отзывчивости на музыку,
- постановки дыхания,
- развития внимания, памяти, быстроты реакции,
- ориентировки в пространстве,
- творческой фантазии,
- интереса к танцу.

Образовательные:

- освоение на самом элементарном уровне элементов музыкальной грамоты через игру и движение,
- обучение владению мышцами своего тела,
- освоение простейших танцевальных навыков,
- обучение навыкам парного и группового общения в танце,
- приёмам самостоятельного публичного выступления.

Воспитательные:

- способствовать созданию дисциплины,
- организованности,
- умения трудиться,
- уважения к окружающим,
- культуры поведения.

Учёт специфики работы с детьми младшего возраста:

- Игра - основной компонент занятия. В основу обучения берём игровое начало.
- Используем игру как средство достижения, намеченной педагогом цели. Она должна содержать в себе волевые усилия.
- Занятия проводим в щадящем режиме, учитывая анатомо-физиологические особенности организма маленького ребёнка.
- Комплекс знаний даём ненавязчиво через непроизвольное восприятие.
- Полноту восприятия обеспечиваем синтезом разных видов искусства: учитывая конкретно-образное мышление детей младшего возраста, танец и музыку, на первых порах, связываем со словом, пантомимой, рисунком, образными игрушками.
- Постепенно в процессе занятий прививаем ребёнку санитарно-гигиенические навыки.
- Стараемся доставить удовольствие от творческого процесса на занятии.
- Развиваем творческое воображение и способствуем самовыражению ребёнка.
- Прививаем через урок этические нормы поведения.
- Учитываем особенности внимания, восприятия, мышления ребёнка.
- Налаживаем эстетическое воспитание.

Принципы, методы и формы обучения

В учебном процессе применяются современные технологии обучения. Они выражаются:

В педагогических принципах обучения:

- Принцип воспитывающего обучения: дисциплина, организованность, стремление к самостоятельности.
- Принцип наглядности: увлечённость педагога занятием, любовь к ученикам и предмету, хороший вкус, доступность показа, использование, на первых порах, при показе игрушек и разного полезного реквизита.
- Принцип доступности: от простого к сложному, не опережать возможности восприятия детей.
- Принцип прочного освоения материала через повторение.
- Принцип постоянного возбуждения интереса через выбор лучшего музыкального материала, занимательных игр и хореографических элементов.
- Принцип игрового начала, пронизывающего все разделы урока.
- Принцип взаимодействия с ребёнком (уважения его прав, эмоциональная поддержка, признание достижений),

В современных формах и методах обучения:

Формы:

- групповые практические занятия,
- участие в праздниках

Методы обучения:

- словесный,
- объяснительно-иллюстративный,
- репродуктивный,
- практический показ,
- игровой - обыгрывание заданной игровой ситуации на занятии

В диагностике образовательного процесса:

Диагностика реализации программы в предлагаемых условиях с целью её корректирования:

- - текущая - в процессе обучения,
- - итоговая - к моменту завершения программы.

В средствах обучения:

Разнообразный подбор обучающего материала:

- иллюстрации, открытки, игрушки
- аудио и видеоматериалы.

В способах отслеживания результатов:

- педагогическое наблюдение,
- беседы с детьми

Педагогические приёмы, используемые на занятиях:

- эмоционально-действенные,
- игровые,
- поощрительные - на данной группы.

Планируемые результаты освоения программы.

В результате проделанной работы дети проявляют стойкий интерес и потребность к музыкально-ритмическим занятиям, осваивается необходимый объём движений классического, народного, бального танцев, а также танцев современного направления. У них формируется основа культуры движения, красивая осанка. Более совершенным становится чувство ритма. Дети понимают ориентировку на себе – правая рука (нога), левая рука (нога), и от себя – (направо, налево, вперёд, назад). Они хорошо ориентируются в пространстве зала и выполняют различные построения и перестроения: в колонну, в шеренгу, по диагонали, врассыпную, по линии танца, противоходом).

У детей появляются такие личностные качества, как уверенность, целеустремлённость, активность, желание показать свои достижения зрителям. Меняется и протекание психических процессов: отмечается сосредоточенность, устойчивость внимания, улучшение запоминания и воспроизведения, проявление творческого воображения.

Критерии оценки освоения программы. Оценочные материалы.

Оформление результатов промежуточной и итоговой диагностики детей

Фамилия, имя	Этикет	Музыкальная грамота	Танцы	Игровая деятельность
1				
2				

Условные обозначения:

3 балла	усвоил полностью
2 балла	усвоил частично
1 балл	не усвоил

УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Возраст детей, участвующих в реализации программы

Первый год обучения	дети 3-4 лет	Младший дошкольный возраст
Второй год обучения	дети 4-5 лет	Средний дошкольный возраст
Третий год обучения	дети 5-6 лет	Старший дошкольный возраст
Четвёртый год обучения	дети 6-7 лет	Старший дошкольный возраст

Продолжительность программы - 4 года (36 месяцев, 288 акад. часов)

Месяц/ нагрузка	Учебный год																час/ год		
	сентябрь		октябрь		ноябрь		декабрь		январь		февраль		март		апрель			май	
	час/ нед	час/ мес	час/ нед	час/ мес	час/ нед	час/ мес	час/ нед	час/ мес	час/ нед	час/ мес	час/ нед	час/ мес	час/ нед	час/ мес	час/ нед	час/ мес		час/ нед	час/ мес
Первый год обучения	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	72
Второй год обучения	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	72
Третий год обучения	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	72
Четвёртый год обучения	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8	72

Продолжительность занятий для каждой возрастной группы разная и составляет:

Год обучения	Возраст обучающихся		Продолжительность академического часа
Первый год обучения	дети 3-4 лет	Младший дошкольный возраст	15 минут
Второй год обучения	дети 4-5 лет	Средний дошкольный возраст	20 минут
Третий год обучения	дети 5-6 лет	Старший дошкольный возраст	25 минут
Четвёртый год обучения	дети 6-7 лет	Старший дошкольный возраст	30 минут

Вид детской группы: группа детей профильная, имеет постоянный состав.

Особенности набора детей: набор детей производится с 1 апреля до 31 августа.

Регламент образовательного процесса дополнительного образования детей:

Понедельник - пятница: с 09.00 по 19.00

Перерыв для отдыха детей между каждым занятием не менее 10 минут.

Консультации для родителей – после проведения занятий и (или) на родительских собраниях.

Количество детей в каждой группе составляет не более 20 человек.

Формы организации деятельности воспитанников: фронтальная, в парах, групповая, индивидуально-групповая.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Первый год обучения

Младший дошкольный возраст (дети с 3 до 4 лет)

№	Наименование	Количество часов		Всего	Формы контроля
		Теория	Практика		
1	Элементы этикета для малышей	2	2	4	Педагогическая диагностика, наблюдение, беседы, праздники
2	Танцевальная разминка.		15	15	
3	Элементы музыкальной грамоты через движение	2	10	12	
4	Музыкально-танцевальные игры		20	20	
5	Игровые танцевальные этюды		20	20	
6	Открытое занятие для родителей		1	1	
ИТОГО		4	68	72	

Второй год обучения

Средний дошкольный возраст (дети с 4 до 5 лет)

№	Наименование	Количество часов		Всего	Формы контроля
		Теория	Практика		
1	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу	2	2	4	Педагогическая диагностика, наблюдение, беседы, праздники
2	Танцевальная разминка		10	10	
3	Элементы музыкальной грамоты через движение	2	8	10	
4	Игровой стретчинг		12	12	
5	Музыкально-танцевальные игры		15	15	
6	Игровые хореографические миниатюры		20	20	
7	Итоговое занятие		1	1	
ИТОГО		4	68	72	

Третий год обучения

Старший дошкольный возраст (дети с 5 до 6 лет)

№	Наименование	Количество часов		Всего	
		Теория	Практика		
1	Элементы этикета на занятиях по танцу	2	2	4	Педагогическая диагностика, наблюдение, беседы, праздники
2	Танцевальная разминка		10	10	
3	Элементы музыкальной грамоты через движение	2	8	10	
4	Ритмопластика		12	12	
5	Элементы современного детского джаз-танца		15	15	
6	Детские бытовые танцы с «речёвками»		20	20	
7	Итоговое занятие		1	1	
ИТОГО		4	68	72	

Четвёртый год обучения

Старший дошкольный возраст (дети с 6 до 7 лет)

№	Наименование	Количество часов		Всего	
		Теория	Практика		
1	Элементы этикета на занятиях по танцу	1	1	2	Педагогическая диагностика, наблюдение, беседы, праздники
2	Танцевальная разминка		10	10	
3	Элементы музыкальной грамоты через движение	2	6	8	
4	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры		10	10	
5	Диско-танцы		10	10	
6	Элементы народного танца		10	10	
7	Хореографические игровые миниатюры.	2	18	20	
8	Итоговое занятие	1	1	2	
ИТОГО		6	66	72	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Первый год обучения

Младший дошкольный возраст (дети с 3 до 4 лет)

N п/п	Проведение занятия			Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
	Дата	Время	Форма			
1.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей (теория) Музыкально-танцевальные игры	педагогическая диагностика, наблюдение, беседы
2.				1	Игровые танцевальные этюды	
3.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей. Музыкально-танцевальные игры	
4.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение (теория) Игровые танцевальные этюды	
5.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
6.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение (теория) Игровые танцевальные этюды	
7.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
8.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	
9.				1	Музыкально-танцевальные игры	
10.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	наблюдение, беседы
11.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
12.				1	Игровые танцевальные этюды	
13.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
14.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	
15.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей (теория) Музыкально-танцевальные игры	
16.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей Игровые танцевальные этюды	
17.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
18.				0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	

19			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з к у л ь н ы й з а л	0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	н а б л ю д е н и е , б е с е д ы , п р а з д н и к
20					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	
21					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
22					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	
23					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
24					1	Игровые танцевальные этюды	
25					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
26					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	
27					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
28					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	
29					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
30					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	
31					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей (теория) Музыкально-танцевальные игры	
32					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей Игровые танцевальные этюды	
33					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
34					1	Игровые танцевальные этюды	
35					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
36					1	Музыкально-танцевальные игры	
37					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	
38					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
39					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение (теория) Игровые танцевальные этюды	
40					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
41					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей (теория) Игровые танцевальные этюды	

42			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з к у л ь т у р н ы й з а л	0,25	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей	н а б л ю д е н и е , б е с е д ы , п р а з д н и к
43					0,25	Музыкально-танцевальные игры	
					1	Игровые танцевальные этюды	
44					0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)	
					0,25	Музыкально-танцевальные игры	
45					0,25	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей (теория)	
					0,25	Игровые танцевальные этюды	
46					0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Музыкально-танцевальные игры	
47					0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)	
					0,25	Игровые танцевальные этюды	
48					0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Музыкально-танцевальные игры	
49					0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Игровые танцевальные этюды	
50					0,25	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей	
					0,25	Музыкально-танцевальные игры	
51					0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Игровые танцевальные этюды	
52					0,25	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей (теория)	
					0,25	Музыкально-танцевальные игры	
53			0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)			
			0,25	Игровые танцевальные этюды			
54			0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Музыкально-танцевальные игры			
55			1	Игровые танцевальные этюды			
56			0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Музыкально-танцевальные игры			
57			0,25	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей			
			0,25	Игровые танцевальные этюды			
58			0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Музыкально-танцевальные игры			
59			0,25	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей			
			0,25	Игровые танцевальные этюды			
60			0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Музыкально-танцевальные игры			
61			0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)			
			0,25	Игровые танцевальные этюды			
62			0,25	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Музыкально-танцевальные игры			

63			г р у п п о в а я	музыкальный/физкультурный зал	0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	педагогическая диагностика, наблюдение, беседы, праздник
64					1	Музыкально-танцевальные игры	
65					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы этикета для малышей(теория) Игровые танцевальные этюды	
66					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
67					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые танцевальные этюды	
68					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
69					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка. Элементы музыкальной грамоты через движение (теория) Игровые танцевальные этюды	
70					0,25 0,25 0,5	Элементы этикета для малышей (теория) Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
71					0,25 0,25 0,5	Элементы этикета для малышей Элементы музыкальной грамоты через движение Музыкально-танцевальные игры	
72					1	Открытое занятие для родителей	

Второй год обучения

Средний дошкольный возраст (дети с 4 до 5 лет)

N п/п	Проведение занятия			Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля	
	Дата	Время	Форма				Место
1.			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з к у л ь т у р н ы й з а л	0,5	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу (теория)	педагогическая диагностика, наблюдение, беседы, праздник
					0,5	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу	
2.					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка Игровой стретчинг Музыкально-танцевальные игры	
3.					1	Игровые хореографические миниатюры	
4.					0,25 0,25 0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение(теория) Игровой стретчинг Музыкально-танцевальные игры	
5.					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка Элементы музыкальной грамоты через движение Игровые хореографические миниатюры	
6.					0,25 0,25 0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение Игровой стретчинг Игровые хореографические миниатюры	
7.					0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу Музыкально-танцевальные игры	
8.			0,25 0,25 0,5	Танцевальная разминка Игровой стретчинг Игровые хореографические миниатюры			

9.			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з и к у л ь т у р н ы й з а л	0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	н а б л ю д е н и е , б е с е д ы , п р а з д н и к
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
10.					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
11.					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
12.					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
13.					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу (теория)	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
14.					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
15					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
16					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
17					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
18			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
19			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
20			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
21			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
22			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение(теория)			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
23			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
24			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
25			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			

26			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з к у л ь т у р н ы й з а л	0,25	Танцевальная разминка	н а б л ю д е н и е , б е с е д ы , п р а з д н и к
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
27					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)	
					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
28					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
29					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
30					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
31					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
32					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
33			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу (теория)			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
34			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
35			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
36			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
37			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
38			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
39			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
40			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
41			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			

42			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з к у л ь т у р н ы й з а л	0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	н а б л ю д е н и е , б е с е д ы , п р а з д н и к
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
43					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу (теория)	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
44					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
45					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
46					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
47					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)	
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
48			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
49			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
50			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
51			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)			
			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
52			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
53			0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу (теория)			
			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
54			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
55			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
56			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)			
			0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			

57			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з к у л ь т у р н ы й з а л	0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	П е д а г о г и ч е с к а я д и а г н о с т и к а , н а б л ю д е н и е , б е с е д ы , п р а з д н и к
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
58					0,25	Элементы музыкальной грамоты через движение	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
59					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Игровой стретчинг	
					0,5	Музыкально-танцевальные игры	
60					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу	
					0,5	Игровые хореографические миниатюры	
61					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Игровой стретчинг	
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
62			0,5	Танцевальная разминка			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
63			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
64			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
65			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
66			0,5	Танцевальная разминка			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
67			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровой стретчинг			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
68			0,25	Танцевальная разминка			
			0,75	Игровые хореографические миниатюры			
69			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Игровые хореографические миниатюры			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
70			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу (теория)			
			0,5	Музыкально-танцевальные игры			
71			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Элементы этикета для малышей на занятиях по танцу			
			0,5	Игровые хореографические миниатюры			
72			1	Итоговое занятие			

51			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з к у л ь т у р н ы й з а л	0,5	Ритмопластика	наблюдение, беседы	
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
52					0,5	Ритмопластика		
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
53					0,5	Ритмопластика		
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
54					0,5	Ритмопластика		
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
55					0,5	Ритмопластика		
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
56					0,5	Ритмопластика		
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
57					0,5	Ритмопластика		
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
58					0,5	Ритмопластика		
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
59					0,5	Ритмопластика		
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
60					0,5	Ритмопластика		
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
61					0,5	Ритмопластика		педагогическая диагностика, наблюдение, беседы, праздник
					0,5	Элементы современного детского джаз-танца		
62			0,5	Ритмопластика				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
63			0,5	Ритмопластика				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
64			0,5	Ритмопластика				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
65			0,5	Ритмопластика				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
66			0,5	Детские бытовые танцы с «речёвками»				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
67			0,5	Детские бытовые танцы с «речёвками»				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
68			0,5	Детские бытовые танцы с «речёвками»				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
69			0,5	Детские бытовые танцы с «речёвками»				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
70			0,5	Детские бытовые танцы с «речёвками»				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
71			0,5	Детские бытовые танцы с «речёвками»				
			0,5	Элементы современного детского джаз-танца				
72			1	Итоговое занятие				

Четвёртый год обучения

Старший дошкольный возраст (дети с 6 до 7 лет)

N п/п	Проведение занятия				Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
	Дата	Время	Форма	Место			
1.			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з и к у л ь н ы й з а л	0,5	Элементы этикета на занятиях по танцу (теория)	педагогическая диагностика, наблюдение, беседы
					0,5	Элементы этикета на занятиях по танцу	
2.					0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение(теория)	
					0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение	
3.					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры	
					0,5		
4.					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры	
					0,5		
5.					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение	
6.					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры	
					0,5		
7.					0,25	Танцевальная разминка	
			0,25	Азбука танца.			
			0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение			
8.			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры			
			0,5				
9.			0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение(теория)	наблюдение, беседы, праздники		
			0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение			
10.			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры			
			0,5				
11.			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры			
			0,5				
12.			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Азбука танца.			
			0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение			
13.			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры			
			0,5				
14.			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Азбука танца.			
			0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение			
15			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры			
			0,5				
16			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Азбука танца.			
			0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение			
17			0,25	Танцевальная разминка			
			0,25	Азбука танца. Музыкально-ритмические игры			
			0,5				

18			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з и к у л ь т у р н ы й з а л	0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)	н а б л ю д е н и е , б е с е д ы , п р а з д н и к
					0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение	
19					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Музыкально-ритмические игры	
20					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Музыкально-ритмические игры	
21					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение	
22					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Музыкально-ритмические игры	
23					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение	
24					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Музыкально-ритмические игры	
25					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение	
26					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Музыкально-ритмические игры	
27					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Музыкально-ритмические игры	
28					0,25	Танцевальная разминка	
					0,25	Азбука танца.	
					0,5	Музыкально-ритмические игры	
29					0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение (теория)	
					0,5	Элементы музыкальной грамоты через движение	
30					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
31					0,5	Элементы народного танца	
					0,5	Хореографические игровые миниатюры	
32					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
33			0,5	Элементы народного танца			
			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
34			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
35			0,5	Элементы народного танца			
			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
36			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
37			0,5	Элементы народного танца			
			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
38			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
39			0,5	Элементы народного танца			
			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
40			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			

41			г р у п п о в а я	м у з ы к а л ь н ы й / ф и з и к у л ь т у р н ы й з а л	0,5	Элементы народного танца	н а б л ю д е н и е , б е с е д ы , п р а з д н и к
					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
42					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Элементы народного танца	
43					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
44					0,5	Элементы народного танца	
					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
45					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Элементы народного танца	
46					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
47					0,5	Элементы народного танца	
					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
48					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Элементы народного танца	
49					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
50					0,5	Элементы народного танца	
					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
51					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Элементы народного танца	
52					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
53					0,5	Элементы народного танца	
					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
54					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Элементы народного танца	
55					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
					0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	
56					0,5	Элементы народного танца	
					0,5	Хореографические игровые миниатюры.	
57			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Элементы народного танца			
58			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
59			0,5	Элементы народного танца			
			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
60			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.	педагогическая диагностика, наблюдение, беседы, праздник		
			0,5	Элементы народного танца			
61			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
62			0,5	Элементы народного танца			
			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
63			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Элементы народного танца			
64			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
65			0,5	Элементы народного танца			
			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
66			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Элементы народного танца			
67			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
68			0,5	Элементы народного танца			
			0,5	Хореографические игровые миниатюры.			
69			0,5	Диско-танцы Хореографические игровые миниатюры.			
			0,5	Элементы этикета на занятиях по танцу (теория и практика)			
70			0,5	Элементы народного танца			
			0,5	Хореографические игровые миниатюры			
71			1	Итоговое занятие.(теория)			
72			1	Итоговое занятие			

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения

Младший дошкольный возраст (дети с 3 до 4 лет)

1. Элементы этикета для малышей

- Как нужно с мамой подготовиться к занятиям?
- Для чего нам нужно потрудиться на уроке танца?
- Танец помогает быть сильными и здоровыми, быстрее вырасти!

2. Танцевальная разминка

Танцевальные шаги разных видов разной длительности в разных ритмах и темпах, бег, элементарные прыжки.

Имитация движений живых существ, сказочных персонажей, кукол, пластики растений, трудовых процессов людей, движений машин. Выбор темы зависит от фантазии педагога на определённую музыку. Например, изображаем в движениях обитателей «птичьего двора»: петуха, курицу, цыплят, уток, гусей, и т.п. При этом проучиваем простейшие танцевальные элементы. Это упражнения, в которых дети должны приобрести музыкально-двигательные навыки в увлекательной форме.

3. Элементы музыкальной грамоты через движение

Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, развивать чувство ритма, умение согласовывать музыку с движением.

Работа над метроритмом

Упражнения на тренировку на хлопках и через движение заданных музыкальных размеров 4/4, 2/4. Достигаем этого, выполняя вместе с детьми определённые ритмические движения под задорную музыку с использованием «шумовых» игрушек.

4. Музыкально-танцевальные игры

На внимание и быстроту реакции

Сосредоточить внимание малышей на предложенных заданиях – одна из самых трудных задач. Дети быстро отвлекаются и педагогу нужны большие усилия, чтобы постоянно поддерживать интерес детей.

В этом разделе могут быть предложены игры типа: «Кот и мыши» или «Волк и гуси» - в которых под одну музыкальную тему персонажи «спят», а под другую – «ловят друг друга».

На ориентировку в пространстве

Умение ориентироваться в пространстве очень необходимо ребёнку в жизни. Эти упражнения подводят к восприятию «рисунка танца». В этот раздел вводим игры для малышей:

- на быстрое определение своих правой и левой частей тела,
- на повороты направо, налево, кругом,
- на умение построиться в линию, колонну, круг.

Это могут быть музыкально-танцевальные игры:

- «Найди свой домик» - запомнить место в пространстве и по команде найти его
- «Тропинка, дорожка, колодец» - данные понятия ассоциируем с линией, колонкой, кругом и связываем это построение с определённой музыкальной темой.

Любые подвижные игры на ориентировку в пространстве, обогатив их танцевальными движениями и образной музыкой, можно превратить в познавательную игру для малышей.

5. Игровые танцевальные комбинации и этюды

После того как дети освоили определённый комплекс различных движений, научились ориентироваться в пространстве, слышать музыку и согласовывать свои движения с ней, выбираем детскую музыкальную пьесу или фонограмму какой-нибудь новой детской песенки и разучиваем с детьми маленькую хореографическую миниатюру. Это могут быть миниатюры: «Гномики-малютки», «Динозаврики», «Котята», «Лягушата», «Поросята», «Обезьянки», «Козявочки-букашечки» и тому подобные этюды.

6. Открытое занятие для родителей

Открытое занятие для родителей с подведением итогов.

Второй год обучения

Средний дошкольный возраст (дети с 4 до 5 лет)

1. Элементы этикета

- Как нужно вести себя на занятиях?
- Учимся приводить в порядок свой внешний вид.
- Порядок построения перед занятиями.
- Приветствия.

2. Танцевальная разминка

Задача разминки - привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы. Разминку выстраиваем в игровом плане на основе нижеперечисленных танцевальных движений.

- простые бытовые шаги на каждую четверть;
- шаги на полупальцах;
- шаги с вытянутого носка;
- шаги на пятках;
- сочетание шагов на пятках и носках;
- шаги с высоко поднятыми коленями («цапля»);
- сгибание ноги с отведением голени назад (в дальнейшем исполняется с продвижением на легком беге).

3. Элементы музыкальной грамоты через движение

Работа над метроритмом

Упражнения на воспроизведение ритмических рисунков, состоящих из четвертей, восьмых, половинных и целых. Танцевальный этюд с мячиками «Весёлый мячик».

Динамические оттенки в музыке.

Очень тихо, тихо, умеренно, громко, очень громко. Упражнения на умения выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков музыки.

Понятие легато (связанно, певуче, слаженно) и стаккато (отрывисто, пунктирно, скачкообразно).

Упражнения:

- «ветерок и дождик»,
- «лисичка и зайчик».

Музыкально-танцевальные игры:

- «Волк и ягнята»,
- «Коршун и цыплята».
- «Тише мыши, кот на крыше».

4. Игровой стретчинг

Стретчинг – это комплекс статических растяжек, проводимых в игровой форме. Они доступны всем, кому врачи не запрещают заниматься общефизической подготовкой, и рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, включая психику. Как и любое занятие гимнастикой, стретчинг основывается на чередовании напряжения и расслабления мышц, таком, чтобы нагрузка на всё тело ребёнка была равномерной. Сюда входят упражнения:

- для стоп,
- для мышц живота (прогиб назад),
- для мышц спины (наклоны вперёд),
- укрепления позвоночника (повороты),
- для мышц тазового пояса,
- для укрепления мышц ног.

Проводим следующие упражнения: «Рыбка», «Змея», «Ящерица», «Кошечка», «Собачка», «Летучая мышь», «Носорог», «Улитка», «Аист», «Слон»

5. Музыкально-танцевальные игры

На координацию движений

У маленького ребёнка координация недостаточно развита и наша задача – помочь ему в этом. В дальнейшем без координации не может быть ни одного выразительного движения,

ни одной интересной фигуры в танце. Движения на координацию практически отрабатываем во всех разделах, но в этом, обращаем на них особое внимание.

Добиваемся координации

- движений разных частей своего тела,
- движения с музыкой,
- своих движений с движениями партнёров.

Упражнения:

- шаги с различными движениями рук,
- шаги с поворотами и наклонами головы,
- поочерёдные притопы ногами и хлопки руками,
- под каждый счёт музыки задаём определённое движение руками,

Танцевальные игры на координацию:

- «Пять малышей» - «пальчиковая» танцевальная игра.
- «Болванчики» - координация движений с музыкой.

На ориентировку в пространстве:

«Регулировщик» - имитируем движения «машинок» в направлениях, заданных «регулировщиком».

6. Игровые хореографические композиции

Танцую вместе с детьми под разные современные детские песни и мелодии, помогаем малышам проявить себя в танце, создать определённый образ.

Темы композиций по мотивам современных песен. Пример:

- «Барбарики»,
- «Спор игрушек»
- «Банана-мама»,
- «Цап-цап».

7. Итоговое занятие

Открытое занятие для родителей с подведением итогов и анкетированием.

Третий год обучения

Старший дошкольный возраст (дети с 5 до 6 лет)

1. Элементы танцевального этикета

Правила поведения на занятиях. Поклоны мальчиков и девочек. Общение в танце.

2. Танцевальная разминка

Разминка на следующих элементах в игровом плане:

- шаги в сторону с приставкой *и хлопками*,
- шаги в сторону с ударом носком об пол без переноса веса тела,
- шаг в сторону с «киком»
- шаги с «пружинкой»
- прыжки по VI позиции в различном темпе и ритме;
- бег с высоко поднятыми коленями («лошадки»);
- бег с подниманием выпрямленных ног вперед и назад;
- мелкий бег на полупальцах;
- подскоки.

3. Элементы музыкальной грамоты через движение

Строение музыкального произведения. Знакомим детей с понятиями: музыкальное вступление, музыкальные фразы. Учим менять движения в зависимости от смены музыкальных фраз. Например, разучиваем детский массовый танец «Улыбка» на музыку В.Шаинского. Куплет – движения на шагах, припев – движения прыжковые.

4. Ритмопластика

Это элементы партерной гимнастики. Гимнастические упражнения на полу позволяют ребёнку с наименьшими затратами энергии:

- повысить гибкость суставов,
- улучшить эластичность мышц и связок,
- укрепить силу мышц.

- исправить определённые физические недостатки в корпусе и ногах,
- развить гибкость и эластичность стоп,
- развёрнутость (выворотность) ног в тазобедренных суставах.

Применяя упражнения на напряжение и расслабление мышц, учим ребёнка сознательно управлять мышцами своего тела. В этот «партерный экзерсис» включаем упражнения на:

- развитию эластичности стопы,
- растяжение ахиллова сухожилия,
- укрепление мышц ног,
- укрепление подвижности голеностопного, коленного и тазобедренного суставов,
- разработку мышц и связок спины,
- укрепление мышц брюшного пресса
- укрепление мышц брюшного пресса,
- укреплению позвоночника и развитию гибкости,
- укреплению мышц плечевого пояса и шеи,
- выработке «выворотности».

Все упражнения проводим в игровом плане.

Тематические этюды под образную музыку:

- «подводное царство»,
- «сказочный лес»,
- «дом игрушек».

5. Элементы джаз танца

Из современного джаз-танца для малышей выделяем раздел, позволяющий разрабатывать отдельные части тела. Это комплекс изолированных движений отдельных частей тела. Понятие изоляции. Изучение изоляции различных частей тела:

- головы (наклон вперед и назад, наклоны вправо и влево, повороты вправо и влево, наклоны «крестом, «свинговый полукруг, свободное раскачивание головы справа - налево)
- плеч (движение одного или двух плеч вверх-вниз, вперед-назад)
- рук, кистей (каждая часть руки - кисть, предплечье, пальцы - может двигаться изолированно или в сочетании одна с другой, множество различных положений)
- грудной клетки (движение из стороны в сторону, движение вперед-назад, подъем и опускание)
- бёдер (движение вперед-назад, движение из стороны в сторону, движение по дуге, полукругу, «свинговое раскачивание» из стороны в сторону).
- ног (изолированные движения отдельных частей ног. Стопа может натягиваться (положение point) и сокращаться (положение flex). Кроме того, стопа может делать ограниченные движения из стороны в сторону, а также вращаться. Стопа должна быть оторвана от пола. Голень может совершать движения из стороны в сторону и вперед-назад, круговые движения).

Игровые танцевальные комбинации с элементами «изоляции». Добиваемся:

- свободного движения головы
- свободного движения шеи, рук;
- свободного движения грудной клетки и всего торса,
- развития подвижности и свободы в тазобедренном суставе,
- снижение мышечного напряжения,
- освобождения от излишнего напряжения,
- естественного дыхания в движении.

6. Детские бытовые танцы с «речёвками»

Дети настолько подвижны и эмоциональны, что даже на подвижных уроках по танцу, им нужен дополнительный выход энергии. В этом случае помогают задорные простые бытовые детские танцы с «речёвками». Включаем в программу такие танцы:

- «Рассердились-помирились» с соответствующей речёвкой,
- «Артековская полечка» с речёвкой: «Ты смотри не шали, ну и до свидания»,
- «Ку-ка-ре-ку» с соответствующей речёвкой,
- «Казачок» с весёлым призывом.

Детские танцы с речёвками придумываем, используя простейшие элементы танца, взяв за основу детские стихи.

7. Итоговое занятие

Открытое показательное занятие для родителей.

Четвёртый год обучения

Старший дошкольный возраст (дети с 6 до 7 лет)

1. Элементы танцевального этикета

Взаимоотношения мальчиков и девочек в парном танце. Варианты приветствий и приглашений к парному танцу.

2. Танцевальная разминка

Разминку проводим в игровом плане с продвижением по кругу, с построением по линиям, шеренгам, колоннам (постепенно подводя воспитанников к восприятию рисунка танца).

Включаем:

- шаги с вытянутого носка;
- на носках, каблуках;
- шаги с высоким подъёмом колен,
- выпады;
- ход лицом и спиной;
- бег с подскоками;
- галоп в разных направлениях

Составляем комбинации, включающие:

- танцевальные шаги,
- подскоки,

Вводим элементы «Аэробики». «Аэробный» - потребляющий кислород. Аэробика для малышей – это комплекс непрерывных подвижных движений под музыку, вызывающий прилив жизненных сил, повышение настроения. Это интенсивная танцевальная гимнастика, с учётом её регулирования нагрузок на данный возраст детей. При этом разрабатываем:

- подвижность суставов,
- силу мышц,
- гибкость позвоночника,
- пластику рук,
- вырабатывает хорошую осанку,
- упражнения на дыхание.

Используем серию образных упражнений:

- «джоггинг» - варианты ритмичного бега,
- «кукольный театр» - упражнения для верхней части корпуса и рук,
- «морское царство» - подвижность корпуса,
- «гномики в пещере» - различные движения ног и нижней части корпуса.

3. Элементы музыкальной грамоты через движение

Характер музыкального произведения. Упражнения на отражение характера музыки, темпа, динамических оттенков.

Цель данных упражнений вызвать эмоциональную отзывчивость детей на музыку, помочь проникнуть в её образное содержание. В зависимости от весёлой, бодрой, энергичной, порывистой, спокойной, задумчивой, нежной, напевной, грустной, жизнеутверждающей, торжественной мелодиями, подбираем и подсказываем детям те или иные движения и образы. Проводим упражнения и игры на эту тему.

Знакомим с выразительным значением темпа музыки: очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро. Учим выполнять движения в различных темпах. Например, упражнения:

- движение «поезда» в разном темпе,
- «лошадка» скачет,
- «машинка» едет с разной скоростью,
- «черепаха» ползёт,
- «шмель» летит.

Знакомим детей с музыкальными жанрами: маршевая и танцевальная и музыка.

Упражнения под маршевую музыку. Маршируют солдатики, моряки, гусары.

Освоение танцевальных жанров: вальса, польки, галопа.

Этюды:

- под вальс порхают, кружатся бабочки и стрекозки,
- под марш - движутся солдатики
- под польку пляшут мишка с куклой

Пытаемся, в игровом плане, дать понятие малышам о «музыкальном размере» $4/4, 2/4, 3/4$. Координируем под музыку движения в парах, типа:

- «качели пружинки»,
- «арабеск-ласточка»,
- «пила»,
- «похлопаем в ладоши»,
- «мячик»,
- «велосипедик».

4. Азбука танца

Для овладения искусством танца нужно обладать определёнными природными «физическими данными» и способностями. Помимо этого, необходимы постоянные занятия, позволяющие развивать эти способности. В нашем случае речь идёт о занятиях со всеми детьми без отбора. Но даже в данной ситуации, следует опираться на самую совершенную систему развития танцевальных способностей – систему классического танца. Эта система, наиболее гармонично развивающая физические данные учащихся, формирующая технические навыки, являющаяся источником высокой исполнительской культуры.

Из классического экзерсиса для малышей отбираем минимум самых основных элементов:

- позиции ног и рук,
- плие,
- батман тандю,
- батман тандю жете,
- релеве на полупальцы,
- подготовительно и 1-е пор де бра,
- классические прыжки:
- тан леве соте,
- эшапе,
- шанжеман де пье.

Включаем также танцевальные элементы:

- танцевальные шаги,
- подскоки,
- сценический бег,
- па польки.

Движения проучиваем и варьируем, исходя из возможностей каждой конкретной группы детей, учитывая целесообразность того или иного комплекса упражнений. Этот раздел урока должен быть тесно связан с хорошей классической музыкой. При этом работа над ритмической стороной предмета в процессе этого раздела постоянно углубляется. Проучив движения классического танца в чистом виде, составляем комбинации, развивая у детей внимание, память, координацию движений.

Музыкальные ритмические игры

Цель музыкально-танцевальных игр: научить двигаться в ритме музыки, согласовывая свои движения с ней, вызвать эмоциональную отзывчивость ребёнка на музыку. Игра «Мячик по кругу»

Дети выполняют переброску мячика по кругу друг другу в определённом ритме на музыкальный размер $2/4$ в ритме польки. Также можно выполнять переброску мяча, задействовав ведущего в центре круга. Игра «Круг и кружочки»

Под медленную мелодию дети танцуют в общем кругу, под быструю – должны перестроиться в маленькие кружочки. Игра «Приглашение к танцу»

Эстафета поклонов приветствий по кругу поочередно под мелодию вальса. Приучаем детей согласовывать свои движения с музыкой и «попадать в такт». Запоминаем ритмические рисунки: игра «Эхо».

Развиваем музыкальную память:

- Игра «Запомни музыку»,
- Игра «Земля, вода, воздух, огонь» - армянская игра с мячиком на быстроту реакции и сообразительность
- Игра «Воробьи и вороны» - на действие определённых персонажей на определённую музыку.
- Игра «Ну погоди!» - на ориентировку в пространстве. Игра, в которой Волк догоняет Зайца, двигаясь по лабиринту, сменяющихся линий и колонок, которые образуют играющие дети.

5. Элементы народного танца

В этом разделе, кратко, даём малышам представление о народном танце. Для полноты восприятия стараемся связать народный танец с народными играми и сказками. Акцентируем внимание на том, что это танец нашей Родины. Из всех танцев мы больше всего должны знать и уметь показать свой родной танец. Этот раздел позволяет внести, в определённой степени, элементы патриотического воспитания. В первую очередь, изучаем элементы русского народного танца:

- положения рук,
- позиции ног.
- поклоны,
- основные ходы,
- традиционные движения: «ковырялочка», «гармошка», «змейка», «припадание»
- притопы, дробы,
- присядки.

На основе пройденных элементов разучиваем этюды, например:

- «Русская круговая пляска».
- «Барыня».
- «Полянка».

Если группа обучающихся довольно «продвинутая», возможно дополнительно изучение ещё 1-2-х народных танцев.

Наша страна - великая морская держава, а наш родной город Петербург – выдающийся морской порт. На праздниках, посвящённых родному городу хорошо уметь танцевать матросский танец. Движения матросского танца своим затейливым игровым характером будут интересны малышам. Элементы матросского танца:

- основные ходы.
- качалка.
- чечётка.
- переборы.
- хлопушки.
- присядки.

Из танцев других народов стоит познакомить детей с белорусским танцем, простым и доступным по исполнению. Белорусы – наши соседи, они также, как и мы славяне. Культура наша имеет много общего. Но есть и определённые различия. Хорошо, если мы сумеем отличить эти танцы и будем их знать. Танцы эти весёлые, жизнерадостные, близкие детям.

Белорусский танец:

- положения рук и ног.
- подскоки на 2-х ногах на месте, тройные подскоки.
- основной ход «Крыжачка».
- присядки,
- притопы.

Этюд на элементах белорусской польки на игровой основе.

6. Диско танцы

«Вару-Вару»

- шаг-приставка по одному, в парах;
- прыжки по одному, в парах;
- хлопушки по одному, в парах;
- шаг-поворот по одному, в парах;
- полностью танец по одному, в парах.

«Полька»

- галоп по линии танца;
- подскоки по линии танца;
- «Полька» по линии танца;
- хлопушки и прыжки.

Танец «Диско»

- шаг-приставка в сторону (вперед, назад);
- пружинка;
- «треугольник»;
- боковое;
- дорожка вперед;
- дорожка назад;
- приседание по II позиции;

7. Постановка хореографической миниатюры

Приступая к постановке танца с малышами, даём представление о хореографическом номере в целом, о том, кто его создаёт и исполняет, о показе номера на сцене. Основные компоненты хореографического номера: рисунок танца, хореографический текст.

Рисунок танца.

Этот раздел является органическим продолжением работы над ориентировкой малышкой в пространстве. Объясняем расположение и перемещение детей по сцене. Рисунок танца организует движение танцующих, систематизирует их различные перестроения. Учим понятию «интервала». Выделяем 3 основных рисунка необходимых в хореографии: шеренга, колона, круг. Эти понятия не сразу усваиваются детьми, и над ними надо упорно работать. Вводим разнообразные упражнения на освоение рисунков.

Учим детей построению разных линий в движении. Прививаем следующие понятия:

Интервал – расположение танцующих на определённом расстоянии друг от друга.

Шеренга - расположение стоящих боком друг к другу исполнителей.

Колона – расположение исполнителей, стоящих в затылок друг к другу.

Круг – один из самых распространённых рисунков /это солнце, расположение людей у костра, наилучшее расположение для общения, кругу все равны/. Круг – основа танцев многих народов. Круг – основа русского хороводного танца.

Разновидности круга: полукруг, круг в круге, несколько кружочков по общему кругу, восьмёрка.

Направление движения по кругу: по линии танца, против линии танца

Рисунки танца - различные перестроения и переходы, сочетания шеренг и колонн, кружочков.

Танцевальные движения.

Изучаем простые танцевальные движения, необходимые для осуществления задуманного хореографического номера: положения рук и корпуса, танцевальные ходы, комбинации движений (прыжки, простейшие повороты).

В зависимости от подготовки, способностей и возможностей детей, выбираем для постановки детскую хореографическую миниатюру. Автор может предложить, на выбор, такие постановки как: «Гномики-малютки», «Детский сад», «Котята», «Прыг-скок», «Воздушные шарики», «Козявочки-букашечки», «Топ-топ ножки», «Динозаврики», «Божья-коровка», «Мартышки», и другие.

Проводим репетиции на сценической площадке, объясняя детям правила поведения в условиях сцены. Работаем над образами в танце. Готовим детей к публичному выступлению. Таким образом, подводим итог обучения данной программы. Этот раздел в большей степени, чем первый, подводит детей непосредственно к танцу, а также к самовыражению, раскрытию своих творческих способностей, к самореализации.

8. Итоговое занятие

Открытое занятие для родителей. Подведение итогов. Отзывы.

Условия реализации программы

Успех реализации программы зависит от следующих составляющих:

- материально-технические условия
- кадровое обеспечение
- взаимодействие с воспитателями и родителями.

Материально-технические условия

- просторное помещение с нескользким полом
- шкаф для реквизита, нотных сборников, аудиоаппаратуры, кассет, дисков
- пианино и/или аудиомангнитофон и/или видеомангнитофон
- наличие поблизости туалета и воды.

Кадровое обеспечение

Для качественной реализации программы нужны:

- квалифицированный педагог по хореографии, которому должны быть созданы отвечающие профессиональным требованиям работы условия;
- комплект необходимого нотного материала, аудиотека, видеотека;
- желательно: концертмейстер-аккомпаниатор, владеющий быстрым чтением нотного материала с листа, воспроизведением по слуху музыкального материала с аудиокассет и дисков (концертмейстеру необходим настроенный музыкальный инструмент).

Взаимодействие с родителями

В связи с тем, что программа адресована маленьким детям, в процессе её реализации необходимо тесное взаимодействие с родителями. Образовательный процесс будет более эффективным, если родителей удастся вовлечь в активное взаимодействие. Педагог проводит индивидуальные беседы с родителями, вовлекая их в процесс обучения ребёнка. Взаимодействие это выражается в следующем:

- приобретение формы для занятий,
- приведение в норму внешнего вида ребёнка перед занятием,
- выполнение санитарно-гигиенических требований,
- помощь в эмоциональном настрое детей перед занятием,
- в отдельных случаях, выполнение с детьми домашних заданий по ритмике,
- помощь в приобретении сценических костюмов для выступлений,
- проведение совместно с педагогом итоговой диагностики достижений своего ребёнка.

Используемая литература

- Ваганова А. Основы классического танца» - Искусство», 1980
- Былеева П. Подвижные игры. Учебное пособие. М. 1974.
- Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях» Учебное пособие. Киев. 1985 .
- Бухвостова А., Щекотихина Композиция и постановка танца, Орёл – 2001
- Воронина И. Историко-бытовой танец. М. «Искусство», 1972
- Добровольская Д. Танец, пантомима, балет. Л-д, «Искусство», 1975
- Ершов П. Технология актёрского искусства. М., ВТО
- Жданов Л. Вступление в балет. М., «Планета», 1986.
- Зацепина К. и др. Народно-сценический танец. М. «Искусство», 1976
- Иваницкий А и др. Ритмическая гимнастика. М. «Советский спорт», 1989
- Климов А.. Основы русского народного танца. – М., «Искусство» 1975.
- Константинова А. Игровой стретчинг. Методика работы с детьми дошкольного возраста. Учебно - метод. центр «Аллегр». Спб. 1993.

- Медведева. М. А мы просо сеяли. Русские народные игры – хороводы для детей младшего возраста. М.1978
- Мочалов Ю. «Композиция сценического пространства», М. «Просвещение», 1981.
- Михайлова Э., Иванов Ю. Ритмическая гимнастика. Справочник, М. 1987.
- Михеева Л.Музыкальный словарь в рассказах.М.1986.
- Манина Т., Водопьянова Н. Эта многоликая гимнастика. Лениздат-1989.
- Неменский Б. Мудрость красоты. О проблемах эстетического воспитания.
- Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. М. ВЦХТ, 1998.
- Книга для учителя. М. Просвещение. 1981.
- Ткаченко Т. Народный танец. М.» Искусство», 1971, 1975.
- Устинова Т Русский народный танец. М. «Искусство», 1976.
- Уральская В. Рождение танца. М., «Сов.Россия».1982
- Уральская В. Природа танца. М. 1981.
- Ритмика и танец. Программа для общеэстетических и хореографических отделений школ искусств. М., 1980.
- Сидоров В. Современный танец. – М. Первина, 1992
- Стриганов В., Уральская В. Современный балльный танец. М., 1978.
- Ротгерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М. «Просвещение». 1989.
- Руднева С., Э Фиш. Музыкальное движение. М. «Просвещение», 1972.
- Решетникова Г.С. Ваши мышцы. М. «Физкультура и спорт» М.,1977
- Уральская В. Природа танца. М. 1981.
- Уральская В.Рождение танца.
- Ткаченко Т. Народный Танец. М.» Искусство», 1971, 1975
- Эльконин Д. Психология игры.