

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6»
Дошкольное отделение 6 «Ручеёк»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ**
Кружок хореография «Звёздочки»
возраст обучающихся 4-7 лет
на 2023-2024 учебный год
Срок реализации – 1 год

Программа утверждена
Заместителем директора
по дошкольному воспитанию
МБОУ СОШ №6
Околот А.А.
2023г.



Составитель педагог дополнительного образования
Шахназарян Эвелина Телмани

Мытищи, 2023

Пояснительная записка.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДООУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДООУ «№ 26» определяется через выбор хореографического направления.

Программа «Грация» ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Между тем хореография, 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. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно и точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитывать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение, как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох так же необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей Родине.

В основу этой программы положен опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов-практиков: А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С. Ткаченко и др.

Цель – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи:

Обучающая – научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного, современного и детского бального танца, элементам музыкальной грамоты и основам актерского мастерства. Научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

Развивающая – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;

Воспитательная – воспитание эстетически-нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности и упорства в достижении поставленной цели, умение работать в паре и в коллективе.

Содержание программы по разделам.

1. **Вводное занятие.** На данном занятии дети узнают, что такое танец, откуда идут его истоки, как овладевают этим искусством. О том, как зародился танец, виды танцев, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься в течении всего времени обучения.

2. **Партерная гимнастика.** Партерная гимнастика или партерный экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? Партерный экзерсис – это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, развить мышечную силу. Эти упражнения так же способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

3. **Упражнения на ориентировку в пространстве.** Данный раздел позволит детям познакомиться с элементами перестроений и построений (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в музыкальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

4. **Упражнения для разминки.** Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе.

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

построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволит детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут развить в них более раскрепощенную личность.

6. Классический танец. Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям узнать возможности своего тела, научиться грамотно владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями. С каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7. Бальный танец. В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы, как: подскоки, раг польки, вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в парах, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Так же как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

В перспективном плане работы по хореографии, рассчитанном на два года, все эти разделы присутствуют частично практически на каждом занятии в большей или меньшей степени, в зависимости от тематики и направленности каждого занятия, без определения каждого раздела отдельно, в системе.

Сроки	Программное содержание	Задачи
Сентябрь Уроки 1-2	Знакомство с детьми. Что такое танец. Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале. Постановка корпуса. Положение рук на талии, свободная позиция ног. Танцевальный шаг с носка.	- Формировать интерес к занятиям. - Формировать общую культуру личности ребенка; - формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног. - Обучить детей танцевальному шагу с носка.
Сентябрь. Уроки 3-4	Разминка. Повторить уроки 1-2.Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). Хлопки в такт музыки. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами, туловищем и головой . Шаг с носка, на носках. Игровой самомассаж. Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме.	- разогреть мышцы. - формировать правильное исполнение танцевального шага. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. -научить перестраиваться из одного рисунка в другой
Октябрь Уроки 5-6	Разминка. Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом -«Хоровод». Построение врассыпную. Повторить уроки 1-4. Игровой самомассаж(уроки 1-2).	- разогреть мышцы. -научить перестраиваться из одного рисунка в другой
Октябрь Уроки 7-8	Разминка. Ходьба сидя на стуле. Построение в шеренгу и колонну, передвижение в сцеплении за руки, построение в круг и передвижение по кругу. Полуприседы, подъемы на носки, полуприсед на одной ноге, другую – вперед на пятку. Музыкально-подвижная игра «Нитка-иголка». Играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Руководитель – водящий встает впереди: он «иголка», дети – «нитка». Куда иголка идет – туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, что-то обходит, где-то проползает, идет «змейкой» по кругу и т.д. Водящего можно менять. Игра выполняется под музыку и без нее. Поднимание рук – на вдохе. Свободной опускание рук - на выдохе. Речитатив:	- разогреть мышцы. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой - научить передавать заданный образ.

	Носом - вдох, А выдох – ртом. Дышим глубже, А потом – Марш на месте, Не спеша, Коль погода хороша!	
Октябрь Уроки 9-10	Ходьба сидя на стуле. Хлопки в такт музыки. Построение в шеренгу («солдатики»), в круг. Передвижение по кругу в различных направлениях. Бег врассыпную. Стойка руки на пояс и за спину. Пружинные полуприседы. Танец сидя. Веселый танец-игра исполняется под музыку любой польки. Описание танца А. 1-2 – хлопки ладонками по коленям. 3-4 – хлопки в ладоши перед собой. 5-6 – «ножницы» (скрестные движения руками) справа. 7-8 – «ножницы» слева. Б. 1-2 – «погремушки» (имитация игры на погремушках) справа. 3-4 – «погремушки» слева. 5-6 – «Зайчики» (разгибание двух пальцев – «Ушки» - на правой руке, поднятой над головой). 7-8 – «зайчики» левой рукой. В. 1-2 – «пианино» (имитация игры на пианино) справа. 3-4 – «пианино» слева. 5-6 – поклоны головой вправо. 7-8 – поклоны головой влево. Г. 1-2 – топнули правой ногой. 3-4 – топнули левой ногой. 5-6 все встают. 7-8 – все садятся. Затем танец повторяется сначала. Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя.	- Обучить детей танцевальным движениям. - познакомить детей со штрихами музыки (staccato (оторванный), legato (связанный)) отражение их движениями: хлопками, шагами, бегом, плавными и резкими движениями головы.
Октябрь Уроки 11-12	Разминка. Перестроение из одной шеренг в несколько по распоряжению. Упражнения с погремушками. Повторить уроки 9-10. Свободные, плавные движения руками. Повторить уроки 9-10. Приставной шаг в сторону. Танец сидя. Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя. Потряхивание кистями рук.	- разогреть мышцы. - совершенствовать исполнение выученных движений.
Ноябрь	Разминка.	- формировать

Уроки 13-14	Ходьба сидя на стуле. Хлопки в такт музыки. Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги несколько. Упражнения с погремушками, хлопками. Танец «Кузнечик». («Песня о кузнечике» на муз. В.Шаинского). Описание танца А.1-2 – два пружинистых полуприседа с двумя ударами руками по коленям. 3-4 – два пружинистых полуприседа и два хлопка в ладоши перед собой. 5-8 – повторить счет 1-4. Б.1-2 – два пружинистых полуприседа со скрестными движениями руками справа («ножницы»). 3-4 – повторить счет 1-2 в другую сторону. 5-6 – два пружинистых полуприседа с двумя ударами кулак о кулак справа («молоточки»). 7-8 – повторить счет 5-6 в другую сторону. Припев. «Представьте себе...» А.1-2 – прыжком-стойка ноги врозь, руки в стороны – книзу ладонями вперед. 3-4 – прыжком – стойка ноги вместе, руки на пояс. 5-8 – четыре подскока на месте с поворотом на 360 вправо. Б. – повторить движение части А. Упражнение на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.	правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Обучить детей танцевальным движениям.
Ноябрь Уроки 15-16	Разминка. Построение в шеренгу, круг. Приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта (счет 1 и 3 при музыкальном размере 4/4) ударом ногой или хлопком, сидя на стуле. Упражнения с погремушками или хлопками. Танец «Кузнечик». Упражнение на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.	- совершенствовать исполнение выученных движений. - познакомить детей с темпами музыки (медленный, умеренный, быстрый) - Формировать умение слушать музыку. - Развить чувство ритма.
Ноябрь Уроки 17-18	Разминка. Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом. Приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Полуприседы, подъемы на носки. Свободные, плавные движения руками. Упражнения с погремушками или хлопками «У оленя дом большой» (французская народная песня «Большой олень»; И.Мазнин, А.Фомин) Построение лицом в круг, предмет в руках. Первый куплет. А. 1-8 – восемь акцентированных шагов вперед к	- формировать умение ориентироваться в пространстве - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. -научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - научить передавать заданный образ.

	центру с ударами погремушек. Б. 1-8 – повторить движения части а, шаги назад. Припев: А. 1-2- два удара погремушками («Тук-тук»). 3-4 – три удара погремушками. 5-8 – повторить счет 1-4. Б. 1-4 – повторить движение части А, счет 1-4. 5-8 – полуприсед, правую руку разогнуть вперед, левую за спину («Лапу подает»). Проигрыш. Повторить упражнения первого куплета, но шаги – вправо по кругу и в конце – поворот лицом в круг. Припев. Повторить упражнения припева, но вместо трех ударов в погремушки – три удара погремушками о колени. Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета. Припев. Повторить упражнения припева. Проигрыш. Повторить упражнения первого куплета, но шаги влево по кругу и в конце – поворот лицом в круг. Припев. Повторить упражнения припева с ударами погремушками о колени. При повторном припеве уйти по кругу к своему стулу. Имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», столбик»).	
Ноябрь Уроки 19-20	Разминка. Музыкально-подвижная игра «Быстро по местам!» (для закрепления строевых действий). Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта (счет 1 или 3 при музыкальном размере 4/4; счет 1 при музыкальном размере 2/4). Упражнения с погремушками или хлопками «У оленя дом большой» (французская народная песня «Большой олень»; И.Мазнин, А.Фомин) Построение лицом в круг, предмет в руках. Имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», столбик»).	- Развить чувство ритма. - Развивать координацию движений. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - совершенствовать исполнение выученных движений.
Декабрь Уроки 21-22	Разминка. Построение врассыпную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под музыку польки все прыгают. Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта (счет 1 или 3 при музыкальном размере 4/4). Танец «Кузнечик». Танцевальная разминка. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего».	- Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать. - развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта.
Декабрь Уроки 23-24	Разминка. Построение в круг. Танцевальные шаги:	- Развить музыкальный слух и чувства ритма - Формировать умение

	И.П. – передвижение по кругу в сцеплении за руки. А. 1-8 – восемь шагов с носка по кругу вправо. Б. 1-8 - с поворотом налево четыре приставных шага вправо. В. 1-4 – полуприсед на правой ноге, левую вперед на пятку. 5-8 – четыре хлопка в ладоши. Г. – повторить движение части В с другой ноги. Всю композицию повторить в другую сторону. Музыкально-подвижная игра по ритмике «Эхо». Педагог показывает движения детям, дети повторяют: Четыре хлопка на каждый чет; Один хлопок на два счета и еще один хлопок на два; Четыре хлопка на каждый счет; Один хлопок, и держать ладони вместе на четыре. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего».	ориентироваться в пространстве. - Учить правильной осанке при выполнении движений.
Декабрь Уроки 25-26	Разминка. Построение в круг. Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет. Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Ритмический танец «Галоп шестерками» на приставном шаге. (Муз. «Йоксу полька») Построение в круг. Описание танца 1-я фигура. А – Б. 1-16 – шестнадцать шагов по кругу вправо. В – Г. 1-16 – восемь приставных шагов в том же направлении. Д – З. 1-32 – повторить движения частей А – Г в другую сторону, закончить лицом в круг. 2-я фигура. А. 1-4 – два подскока на месте. 5-8 – четыре хлопка в ладоши. Б. – повторить движение части А. В. 1-4 – два удара правой ногой о поле. 5-8 – четыре хлопка в ладоши. Г. – повторить движения части В с левой ноги. Д – З. – повторить движения частей А – Д. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели».	-Развить музыкальный слух и чувства ритма. -Обучить детей танцевальным движениям. - Развивать координацию движений. -научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз. -научить «чувствовать» пару.
Декабрь Уроки 27-28	Разминка. Хлопки в ладоши - простые и ритмические. Положение рук перед собой, вверху, внизу справа, слева, на уровне головы. «Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4 темп умеренный. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт. «шаг, приставить, шаг, каблук». Повороты вправо,	-Развить музыкальный слух и чувства ритма. -формировать правильное исполнение танцевальных шагов. -научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных

	влево. Ритмический танец «Галоп шестерками». Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели».	фраз.
Январь Уроки 29-30	Разминка. Построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении. Различие динамики звука «громко – тихо». Под громкую музыку – ходьба, акцентируя шаг, под тихую музыку – ходьба в полуприседе – крадучись. Выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта – основного движения (наклона, приседа и т.д.). Ритмический танец «Танец утят» (французская народная песня). И.П. – стойка руки согнуты в стороны, ладонями вперед, лицом в круг. А. 1-4 – четыре раза согнуть пальцы в кулачок («клювики»). 5-8 – четыре раза поднять и опустить локти вниз («крылышки»). Б. 1-4 – приседая и вставая, четыре раза колени вправо – влево («хвостики»). 5-8 – четыре хлопка перед собой. В – Г – повторить движения частей А – Б. Припев. А. 1-8 – восемь подскоков по кругу, держась за руки. Б. – повторить движения части А. В – Г – повторить движения частей А – Б в другую сторону. Имитационно-образные упражнения на дыхание: «насос»: 1-4 – на вдохе через нос руки поднять до уровня груди, ладонями вниз; 5-8 – на выдохе через рот руки вниз, ладонями вниз. Повторить 3-4 раза.	- Обучить детей танцевальным движениям. - познакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано). - научить перестраиваться из одного рисунка в другой.
Январь Уроки 31-32	Разминка. Маршировка (шаг с носка, на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад. Перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2, 4). Ритмический танец «Танец утят». Имитационно-образные упражнения на дыхание: «насос»: 1-4 – на вдохе через нос руки поднять до уровня груди, ладонями вниз; 5-8 – на выдохе через рот руки вниз, ладонями вниз. Повторить 3-4 раза.	- Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Развивать координацию движений.
Январь Уроки 33-34	Разминка. Маршировка (шаг с носка, на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад. Перестроения – круг, из	-формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - научить передавать

	большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2, 4). Упражнение «Хоровод» (песня «От улыбки», В. Шаинский, М. Пляцковский). Описание танца Вступление. И.П. – стоя по кругу, держась за руки. Первый куплет. А. 1-8 – восемь шагов вправо по кругу. Б. 1-8 – восемь шагов по кругу на носках. В. – повторить движения части А в другую сторону. Г. – повторить движения части Б в другую сторону. Припев. А. 1-4 – четыре шага вперед, поднимая руки вверх. 5-8 – четыре шага назад – руки вниз. Б. 1-8 – «...И кузнечик запиликает на скрипке...» - изображают игру на скрипке. В. 1-8 – восемь махов рукми в сцеплении вперед – назад. Г. 1-8 – рук вверх в сцеплении (изображают дружбу), посмотреть друг на друга. Д. – повторить движения части В. Е. – повторить движения части Г. Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета. Припев. Повторить упражнения припева. Третий куплет. Повторить упражнения первого куплета. Припев. Повторить упражнения припева. Специальные упражнения на развития силы мышц. Морские фигуры: «морская звезда» - лежа на животе, прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь; «морской конек» - сед на пятках, руки за голову; «краб» - передвижение в упоре стоя согнувшись, ноги согнуты врозь; «дельфин» - лежа на животе, прогнувшись, руки вверх и в «замок».	заданный образ. - формировать умение вытягивать, сокращать стопу.
Январь Уроки 35-36	Разминка. Построение в шеренгу и колонну по распоряжению. Перестроение из одной шеренги в несколько по команде. «У оленя дом большой» уроки 17-18 «Хоровод» уроки 31-32. Специальные упражнения на развития силы мышц. Морские фигуры: «морская звезда» - лежа на животе, прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь; «морской конек» - сед на пятках, руки за голову; «краб» - передвижение в упоре стоя согнувшись, ноги согнуты врозь; «дельфин» - лежа на животе, прогнувшись, руки вверх и в «замок».	-формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - научить передавать заданный образ.

Февраль Сюжетный урок 37 «Поход в зоопарк»	Ход урока Дети входят под песню о зоопарке (М.Гусев). Все строятся в колонну и идут дружно, не отставая. Игра «Нитка - иголка» (уроки 7-8). В клетках зоопарка сидят разные звери. «медведь» - ходьба на внешнем и внутреннем своде стопы; «пантера» - мягкий шаг; «цапля» - ходьба с высоким подниманием колена; «орлы» - повороты головы; «кошечка» - «котенок выгибает спину»(тянется); «змея» - упор лежа на бедрах, поворот головы налево – направо (змея шипит); «собачка» - упор стоя согнувшись; виляет «хвостиком» - таз влево - вправо; «лев» - лежит и греется на солнышке. 3.Общеразвивающие упражнения на полу под песню Львенка и Черепахи (Ген.Гладкова и С.Козлова) «Я на солнышке лежу». 4.Все ребята очень стараются вести себя хорошо и дружелюбно, ведь доброта – это самое хорошее качество. Быть добрым – значит улыбаться, а от улыбки всем становится теплей: и слону и даже маленькой улитке. Все встают в дружный хоровод и танцуют. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Хоровод» . Организованный выход из зала – «уход домой».	-способствовать развитию творческих способностей, выдумки, фантазии; -закрепить выполнение упражнений танцевально-ритмической гимнастики «Хоровод»; Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентировки в пространстве.
Февраль Уроки 38	Разминка. Построение врассыпную. Ритмические хлопки в ладоши. Тройные притопы. «Пружинка» с наклонами в головы. Движение «Баю-бай», приставные шаги с приседанием. «Танцевальная - ритмическая гимнастика «Чебурашка» (песня «Чебурашка», В.Шаинский, Э.Успенский). Описание танца Вступление. 1-8 – И.П. – основная стойка. 1-4 – основная стойка. Первый куплет. А. 1-4 – подняться на носки, руки дугами наружу в стороны – кверху. 5-8 – опуститься на всю стопу в круглый полуприсед, руки дугами наружу расслабленно вниз. Б. – повторить движения части А. В. «Теперь я Чебурашка...» 1-2 – полуприсед с поворотом туловища налево, руки согнуть вперед, большой палец к ушам, остальные пальцы вместе, ладонями вперед («уши Чебурашки»)). 3-4 – с поворотом И.П. встать, руки вниз. 5-6 – полуприсед с поворотом туловища направо,	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Развить чувство ритма. - Обучить детей танцевальным движениям.

	руки согнуть вперед, кисти вниз («дворняжка»). 7-8 – с поворотом в И.П. встать, руки вниз. Г. 1-8 – в стойке ноги врозь поворот переступанием на пятках налево на 360 градусов – с наклоном туловища в сторону на каждый шаг, руки согнуть в стороны, пальцы в стороны. Д. – повторить движения части В. Е. – повторить движения части Г, только поворот переступанием выполнить в другую сторону и остаться в стойке ноги врозь. Второй куплет. А. 1-2 – в стойке ноги врозь поворот туловища налево, руки внизу расслаблены. 3-4 – поворот туловища направо, руки расслаблены. 5-8 – повторить счет 1-4. Б. 1-4 – медленно упор присев. 5-8 – скольжением ног назад лечь на живот, правая согнутая рука на левой, подбородок на предплечье. В. 1-2 – согнуть правую ногу назад. 3-4 – поменять И.П. ног. 5-8 – повторить счет 1-4. Г. 1-4 – повторить движения части В, счет 1-4. 5-6 – поменять И.П. ног. 7-8 – разогнуть правую ногу. Д. 1-2 – разогнуть руки в упор лежа прогнувшись. 3-4 – толчком ног упор присев. 5-8 – медленно встать в основную стойку. Третий куплет. Повторить упражнения первого куплета, в конце принять основную стойку. Специальные упражнения на развития гибкости – морские фигуры: «улитка» - упор лежа на спине, касание ногами за головой; «морской лев» - упор сидя между пятками, колени врозь; «уж» - сед с предельно разведенными врозь ногами, руки на пояс; «морской червяк» - упор стоя согнувшись.	
Февраль Уроки 39-40	Разминка. Ритмические хлопки в ладоши. Тройные притопы. «Пружинка» с наклонами в головы. Движение «Баю-бай», приставные шаги с приседанием. Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо» Танцующие стоят в кругу, взявшись за руки. Ребята поют песенку и выполняют те движения, о которых поют: Мы пойдем сначала вправо: раз, два, три! А потом пойдем налево: раз, два, три! А потом все соберемся: раз, два, три!(идут в круг). А потом все разойдемся: раз, два, три!(идут из круга). А потом мы все присядем: раз, два, три!(приседают) А потом все дружно встанем: раз, два, три!(встают)	- научить импровизировать. - формировать правильную осанку. - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.

	А потом мы все станцуем: раз, два, три! А потом еще станцуем: раз, два. Три!(выполняют произвольные движения) «Танцевальная - ритмическая гимнастика «Чебурашка». Специальные упражнения на развития гибкости – морские фигуры: «улитка» - упор лежа на спине, касание ногами за головой; «морской лев» - упор сидя между пятками, колени врозь; «уж» - сед с предельно разведенными врозь ногами , руки на пояс; «морской червяк» - упор стоя согнувшись.	
Февраль Уроки 41-42	Разминка. Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы, Хлопки, притопы в паре, кружение в паре. Выпады. Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо» «Танцевальная - ритмическая гимнастика «Чебурашка». Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме («Ладочки-мочалки», «Смываем водичкой руки, ноги»).	- Развить чувство ритма. - Развить чувство ритма. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
Февраль Уроки 43-44	Разминка. Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы, Хлопки, притопы в паре, кружение в паре. Выпады. Ритмический танец «Танец утят» Музыкально – подвижная игра «Совушка» Выбирается водящий – совушка. Ее гнездо находится в стороне от площадки. Играющие стоят на площадке. Совушка сидит в гнезде. По сигналу руководителя –«День наступает – все оживает» - дети ходят бегают, подражают полету бабочек, птиц, жуков. По сигналу: «Ночь наступает – все замирает» играющие замирают, останавливаясь в той позе, в которой их застал сигнал. Совушка выходит охотиться и шевельнувшись уходит в гнездо. Играющие опять оживают. Совушка меняется через две-три игры. Игра проводится под музыку: «день...» - музыка звучит громко, «ночь...» - музыка звучит тихо. Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме («Ладочки-мочалки», «Смываем водичкой руки, ноги»).	- Развить чувство ритма. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).
Март Уроки 45-46	Разминка. Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы. Маршировка (шаг с носка, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна,	- развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта. - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.

	полукруг.) Музыкально-подвижная игра «Найди предмет». Построение в круг. У кого-то из детей спрятан предмет. Водящий под музыку обходит детей и ищет предмет. По мере приближения к предмету музыка звучит громче, и наоборот. Выигрывает ребенок, который лучше ориентируется в динамике звука «громко – тихо» и быстрее найдет предмет. Ритмический танец полька «Старый жук» (музыка из кинофильма «Золушка»). И.П. – лицом в круг, стойка руки на пояс. А. 1 – правую ногу вперед на носок. 2 – притоп правой ноги. 3 – левую ногу вперед на носок. 4 – притоп левой ногой. 5-8 – повторить счет 1-4. Б. 1-3 – три шага вперед. 4 – приставить ногу. 5-7 – три хлопка в ладоши. 8 – руки на пояс. В. - повторить движения части А. Г. – повторить движения части Б, но шаги назад. Потряхивание кистями рук. Сед руки за спину. Расслабление рук с выдохом.	- продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).
Март Уроки 47-48	Разминка. Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы. Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные. Ритмический танец полька «Старый жук» (музыка из кинофильма «Золушка»). Музыкально-подвижная игра «Найди предмет». Потряхивание кистями рук. Сед руки за спину. Расслабление рук с выдохом.	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).
Март Уроки 49-50	Разминка. Построение в две шеренги напротив друг друга по распоряжению. Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные. Музыкально-подвижная игра «Эхо». В положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз.	- научить перестраиваться из одного рисунка в другой - Развивать координацию движений. - Развить чувство ритма.
Март Урок 51	Разминка. Построение в две шеренги напротив друг друга по распоряжению. Ходы – простой с носка, «елочка», шаркающий шаг. Исполнение движений с одновременной работой рук. Музыкально подвижная игра «Отгадай, чей голосок?».	- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить внимание, быстроту реакции.

	В положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз.	
Март Сюжетный урок 52 «В гости к Чебурашке»	Ход урока Дети входят в зал под песню «В мире много сказок» (В.Шаинской, Ю.Энтин).Педагог встречает их со словами «Сегодня мы с отправляемся путешествовать в мир сказки, в гости к Чебурашке. Жители государства сказочного, волшебного и загадочного, веселого, говорливого, забавного и счастливого приветствуют дружно нас и в гости ждут сейчас!» «Сказочный лес» - дети идут в обход по залу, выполняя различные движения: проходят речку (ходьба по скамейке), болото (прыжки), пещеру(переползания)», «переплывают озеро»(имитация движений руками. 2. «Сказочная зарядка». Для того чтобы набраться сил, дети выполняют комплекс зарядки. Упражнение «Перестроение»: Слушай сказочный народ, Собираемся на сход. Поскорее в строй(круг) вставайте И зарядку начинайте! Упражнение «Потягивание»: Потягушка, потянись! Поскорей, скорей проснись! День настал давным-давно, Он стучит в твое окно. Упражнение «Наклоны»: Буратино потянулся, Раз прогнулся, два нагнулся, Зашагал и по порядку Начал делать он зарядку. Упражнение «Царя Гороха», или упражнение для мышц шеи и туловища: Давным-давно жил царь Горох И делал каждый день зарядку. Он головой крутил - вертел И танцевал вприсядку. Плечами уши доставал И сильно прогибался, Он руки к небу поднимал, За солнышко хватался. Упражнение «Дровосек»: Чтобы лучше мне шагать, Сделаю зарядку: Помахая топором Я для вас, ребятки, Ноги в сторону поставлю, Вниз и вверх махну руками.	-совершенствовать выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка». -закрепить выполнение группировки в положении лежа -содействовать развитию танцевальности, координации движений.

	Упражнение «Выпады»: Иван – Царевич, вот герой! Смело он вступает в бой, Волшебным он взмахнет мечом, И змей – Горыныч нипочем. Сделал выпад раз и два – Отлетела голова. Еще выпад три – четыре – Отлетели остальные. Упражнение «Прыжки»: Вот лягушка на дорожке – У нее озябли ножки. Чтобы ей помочь быстрее, Мы попрыгаем за ней. Будем вместе с ней играть, Чтобы ей царевной стать. Упражнение «Потопаем»: Шел король по лесу, по лесу, Нашел себе принцессу, принцессу. Давай с тобой попрыгаем, попрыгаем, Еще разок порыгаем, попрыгаем И ручками похлопаем, похлопаем, И ножками потопаем, потопаем. 3. Танец «Мы пойдем сначала вправо». Дети отправляются в путь. 4. Звучит песня Бабы – Яги (на слова В.Александрова – кассета «Песни лукоморья») Педагог читает письмо от Бабы-Яги, в котором говорится, что она превратила всех детей в Ежиков. Игра «Совушка» 5. Расколдовать детей поможет сказочный герой Чебурашка. Мы станцуем и споем, А потом домой пойдем. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка». 6. Ходьба с песней. Подведение итогов занятия. Организованный выход из зала.	
Апрель Уроки 53-54	Разминка. Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в круг. Хлопки на каждый счет и через счет. Выполнение ОРУ под музыку с притопом под сильную долю такта. И.П. – стойка, руки на пояс. 1-2 – наклон вперед. 3-4 – выпрямиться.	- развить внимание, быстроту реакции. - развить внимание, быстроту реакции. - Формировать навык «легкого шага»

	5 – притоп. 6-8 – пауза. Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую». Данное упражнение – импровизация для детей. Необходимо создать определенные условия для выполнения свободных движений по желанию и возможности детей. При необходимости музыкальное произведение можно заменить другим. (Пластика «Девочка на шаре», песня «Я танцую», В.Дашкевич, Ю.Михайлов). В положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз.	
Апрель Уроки 55-56	Разминка. Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие шаги на месте, хлопки в разных ритмических рисунках. Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую». Расслабление рук и потряхивание кистями.	- развивать воображение, фантазию. - развить артистизм.
Апрель Уроки 57-58	Разминка. Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие шаги на месте, хлопки в разных ритмических рисунках. Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую» Музыкально-подвижная игра «Эхо» . Сидя поглаживание рук, ног с расслаблением в конце в образно-игровой форме.	- развивать воображение, фантазию. - развивать творческие способности детей.
Апрель Уроки 59-60	Разминка. Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в круг. Хлопки на каждый счет и через счет. Шаг на каждый счет и через счет. – шаг вперед с левой; – держать; – шаг вперед с правой; – держать. Танец «Матушка-Россия» (поет Т.Буланова, аудиокассета «Мое русское сердце». Описание танца Вступление. И.П – стойка руки в стороны – книзу, кист на себя. А. 1-4 – четыре пружинистых шага вперед. 5-6 – два пружинистых полуприседа с поворотом туловища направо и двумя движениями согнутыми руками вниз. 7-8 – повторить счет 5-5 в другую сторону. Б. – повторить движения части А. Первый куплет. А. 1-3 – три шага вперед, постепенно раскрывая руки в стороны. 4 – приставить с кацентом ногу, руки в стороны. 5-7 – три шага назад, руки через вторую позицию на пояс («закрыть»).	- Развить чувство ритма. - Обучить детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы.

	8 – с акцентом приставить ногу. Б. – повторить движения части А счет 1-7, счет 8 – руки перед собой. В. 1-2 – приставной шаг вправо. 3 – шаг право. 4 – левую на пятку в сторону с наклоном туловища влево. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону, приставные шаги. Г. – повторить движения части В. Припев. А. 1 – правую ногу вперед на пятку, руки на пояс. 2 – приставить правую ногу с акцентом. 3-4 – «тройной притоп» (или три беговых шага на месте с высоким подниманием бедра). 5-6 – три раза (5-и-6) опустить и поднять плечи, руки в стороны – книзу, кисть на себя. 7-8 – повторить счет 5-6. Б. – повторить движения части А с другой ноги. В. 1-2 – на шаг правую ногу в сторону, правую руку в сторону – кверху. 3-4 – приставить левую ногу, правую руку согнуть к левому плечу, локоть вперед. 5-8 – «Русский поклон» вперед. Г. – повторить движения части В в другую сторону. Проигрыш. Повторить вступление, стоя на месте. Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета. Припев. Повторить упражнения припева. Припев. Два раза выполнить упражнения куплета. Проигрыш. Повторить упражнения вступления, выполняя шаги вперед, затем тоже назад – 2 раза. Припев. Два раза повторить упражнения припева. Проигрыш. Повторить упражнения вступления на месте и тоже с уходом назад. Сидя поглаживание рук, ног с расслаблением в конце в образно-игровой форме.	
Май Уроки 61-62	Разминка. Передвижение в обход шагом и бегом. Бег по кругу и ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога с использованием речетатива: Светофор горит всегда! Красный свет – идти нельзя! Желтый свет – идти готов! Свет зеленый – я иду и до линии дойду! (Через одного идут до линии.) Хлопки на каждый счет и через счет. Шаг на каждый счет и через счет. Танец «Матушка-Россия». Раскачивание руками из различных исходных положений .	- Продолжить обучать детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Развивать координацию движений. - Учить строить рисунки танца. - формировать умение ориентироваться в пространстве
Май	Разминка.	-Продолжить обучать

Уроки 63-64	Маршировка (шаг с носка, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, галоп подскоки. Перестроения – две шеренги, «шторки», круг, змейка.) Танец «Матушка-Россия» . Имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа. На четыре счета - вдох, на четыре счета -выдох. Речитатив: Руки к солнцу поднимаю И вздыхаю, и вздыхаю. Опускаю руки вниз, Выдох – паровоза свист. На четыре – вдох глубокий, На четыре – выдох. Раз, два, три, четыре, Раз, два, три, четыре.	детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений.
Май Уроки 65-67	Разминка. Повторение пройденного материала. Имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа. На четыре счета - вдох, на четыре счета -выдох. Речитатив: Руки к солнцу поднимаю И вздыхаю, и вздыхаю. Опускаю руки вниз, Выдох – паровоза свист. На четыре – вдох глубокий, На четыре – выдох. Раз, два, три, четыре, Раз, два, три, четыре.	- развивать воображение, фантазию. - развить артистизм.
Май Уроки 68-69	Отчетный концерт танцевального кружка.	

Содержание программы

Второй год обучения.

	Программное содержание	Задачи
Сентябрь Уроки 1-2	Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Переменный - скользящий шаг. Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую»	- Формировать общую культуру личности ребенка; - вспомнить, закрепить материал прошлого года. - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать.
Сентябрь Уроки 3-4	Разминка Переменный - скользящий шаг. Комбинированные упражнения в стойках: И.П. – основная стойка. 1-2 – встать на носки, дугами наружу, руки вверх с хлопком над головой.	-разогреть мышцы; - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - формировать

	3-4 – И.П. с хлопком руками о бедра. И.П. – стойка ноги врозь, руки на пояс. 1-2 – с поворотом туловища направо руки в стороны. 3-4 – И.П. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону. И.П. – стойка ноги врозь, руки в стороны. 1-2 – наклон вперед к правой ноге, с хлопком под ней. 3-4 – И.П. 5-8 – повторить счет 1-4, к другой ноге. Приседы: И.П. – стойка, руки вверх. 1-2 – упор присев. 3-4 – встать в И.П. И.П. – основная стойка. 1-2 – присед, руки вперед. 3-4 – присед, руки в стороны. 7-8 – И.П. Наклон мальчика, реверанс девочки.	правильную осанку.
Октябрь Уроки 5-6	Разминка Построение в шеренгу и колонну. Повороты направо, налево по распоряжению. Ходьба на каждый счет и через счет. Построение по ориентирам. Бальный танец «Конькобежцы». Музыка любой польки. Вступление. 1-4 – наклон мальчика. 5-8 – реверанс девочки. И.П. – стоя в парах по кругу по линии танца, мальчик слева, девочка справа, руки впереди скрестно в сцеплении. А. 1-2 – переменный – скользящий шаг вперед с правой ноги. 3-4 – повторить счет 1-2 с левой ноги. 5-8 – четыре шага вперед с правой ноги. Б. повторить движения части А, в конце на счет 8 приставить левую ногу с поворотом лица друг к другу (боком по линии танца). В. 1-2 – переменный скользящий шаг вправо с правой ноги. 3-4 – повторить счет 1-2 влево. 5-8 – четыре шага по кругу, смене мест, правые руки в сцеплении вверх (3-я позиция рук). Г. Повторить движения части В, в конце принять И.П. для начала танца. Специальные упражнения для развития мышечной силы в образных двигательных действиях и заданиях. Чтоб красиво нам ходить, Надо мышцы укрепить, Живот и спинку подкачаем, Осанку гордую поставим.	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Научить правильно исполнять движения.
Октябрь Уроки 7-8	Разминка. Ходьба на каждый счет и через счет. Шаг галопа вперед и в сторону.	-развить чувство ритма. - Научить правильно исполнять движения.

	Бальный танец «Конькобежцы». Специальные упражнения для развития мышечной силы в образных двигательных действиях и заданиях. Чтоб красиво нам ходить, Надо мышцы укрепить, Живот и спинку подкачаем, Осанку гордую поставим.	- научить передавать заданный образ.
Октябрь Уроки 9-10	Разминка. Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по распоряжению. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец «Полька» (музыка «Йоксу – полька»). И.П. – стойка лицом в круг в сцеплении за руки. А. 1 – правую ногу вперед на носок. 2 – притоп правой ногой. 3-4 – повторить счет 1-2 с левой ноги. 5-8 – повторить счет 1-4. Б. 1-4 – четыре шага галопа вправо. 5-8 – четыре прыжка на месте. В. – повторить движения части А. Г. – повторить движения части Б, выполняя шаги галопа влево. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма.
Октябрь Уроки 11-12	Разминка. Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по распоряжению. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец «Полька». Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма.
Ноябрь Уроки 13-14	Разминка. Построение в шеренгу. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец «В ритме польки» (музыка любой польки). И.П. – по кругу лицом по линии танца (левым боком к центру), руки на пояс. А. 1 – правую ногу вперед на носок. 2 – притоп правой ногой. 3-4 – повторить счет 1-2 с левой ноги. 5-8 – повторить счет 1-4. Б. 1-8 – четыре шага польки вперед с правой ноги, по линии танца. В. 1-6 – с поворотом налево (лицом в круг) шесть шагов	- Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.

	галопа вправо. 7-8 – широкий приставной шаг вправо. Г. 1-4 – четыре шага с подскоком на месте, с хлопками на каждый шаг, правая рука вверх, левая рука вниз, и наоборот. 5-6 – приставить ногу, два хлопка в ладоши. 7-8 – полуприсед, два хлопка о колени. С поворотом налево (правым боком к центру) танец повторяется с другой ноги в другую сторону. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. И.П. – стойка ноги врозь. 1-2 – наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу («насос») – вдох. 3-4 – И.П. – выдох. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону. Речитатив: Это очень просто: Покачай насос ты, Налево - направо, руками скользя, Назад и вперед – наклониться нельзя. Вжик – вжик! Вжик – вжик!	
Ноябрь Уроки 15-16	Разминка. Построение в шеренгу. Поворот по распоряжению в колонну. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Танцевальные позиции рук: на пояс и перед грудью. Перевод рук из одной позиции в другую. Ритмический танец «В ритме польки». Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. И.П. – стойка ноги врозь. 1-2 – наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу («насос») – вдох. 3-4 – И.П. – выдох. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону. Речитатив: Это очень просто: Покачай насос ты, Налево - направо, руками скользя, Назад и вперед – наклониться нельзя. Вжик – вжик! Вжик – вжик!	- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. -Развить чувство ритма. - научить передавать заданный образ.
Ноябрь Уроки 17-18	Разминка. Построение в шеренгу. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Танцевальные позиции рук: на пояс и перед грудью. Перевод рук из одной позиции в другую. Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения. Выразить характер музыкального произведения в движениях. (Веселый	- научить передавать заданный образ. -научить слушать музыку, ее характер, темп. -Развить чувство ритма.

	характер – прыжки, танец; грустный характер – ходьба опустив голову; героический характер – ходьба строевая, руки вверх наружу и т.д.). Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Речитатив: Шалтай – Болтай Сидит на стене, Шалтай – Болтай Свалился во сне.	
Ноябрь Уроки 19-20	Разминка. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Ритмический танец «Модный рок» (музыка – любая современная – диско): А. «Приставные шаги» 1-4 – два приставных шага: мальчик - влево, девочка – вправо. 5-8 – два приставных шага в другую сторону. Б. «Поворот» Мальчики повторяют движения част А, левой рукой помогают выполнить поворот девочке. Девочки – 1-4 – выполняют поворот на шагах вправо на 360 градусов под правой рукой. 5-8 – то же, поворот в другую сторону. В.»Кик» И.П. – закрытая позиция. 1 – «кик» (согнуть и разогнуть ногу) левой скрестно. 2 – приставить ногу. 3 – «кик» правой скрестно. 4 – приставить правую. 5-8 – повторить счет 1-4. Г. «Расхождение» И.П. – закрытая позиция. 1 – по диагонали шаг правой назад (друг от друга расходятся). 2 – шаг левой скрестно впереди. 3 – шаг правой по диагонали назад с поворотом направо. 4 – «кик» левой с хлопком рук справа. 5 – шаг левой в сторону (сходятся друг другу). 6 – шаг правой скрестно впереди. 7 – шаг левой. 8 – приставить правую и стать в И.П. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Речитатив: Шалтай – Болтай Сидит на стене, Шалтай – Болтай Свалился во сне.	-развить умение «держать» интервалы; - формировать правильную осанку. - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.
Декабрь Уроки 21-22	Разминка. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам.	- Научить правильно исполнять движения. - научить передавать

	Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Пружинистые движения ногами на полуприседе. Русский переменный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг «припадание». Ритмический танец «Макарена» (на одноименную музыку). И.П. – узкая стойка ноги врозь, руки на пояс. А. 1-2 – правую руку вперед. 3-4 – левую руку вперед. 5-6 – правую руку вперед ладонью кверху. 7-8 – левую руку вперед ладонью кверху. Б. 1-2 – правую руку на левое плечо. 3-4 – левую руку на правое плечо. 5-6 – правую руку за голову. 7-8 – левую руку за голову. В. 1-2 – правую руку на левое бедро. 3-4 – левую руку на правое бедро 5-6 – правую руку в упор за спину (ладонь упирается в спину). 7-8 – левую руку в упор за спину. Г. 1-4 – два раза покачивание бедрами вправо – влево. 5-6 – круговое движение тазом (или два хлопка перед собой). 7-8 – прыжок с поворотом направо, в И.П. Все движения частей А, Б и В можно делать на пружинистых движениях ногами, поочередно сгибая то правую, то левую ногу. Танцевальные движения можно выполнять в быстром темпе, на каждый счет. Потряхивание ногами в положении лежа.	заданный образ.
Декабрь Уроки 23-24	Разминка. Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам. Комбинации из изученных танцевальных шагов. И.П. – круг в сцеплении за руки. А. 1-4 – два русских попеременных шага с правой ноги по линии танца. 5-8 – четыре шага с притопом с правой по линии танца. Б. 1-4 – с поворотом налево четыре шага с носка с правой ноги к центру круга, руки вниз. 5-8 – четыре шага назад с правой ноги, руки вверх и в И.П. для выполнения танцевальной композиции в другую сторону. Ритмический танец «Макарена». Потряхивание ногами в положении лежа.	-Обучить детей танцевальным движениям русского танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
Декабрь Уроки 25-26	Разминка. Выполнение ходьбы по кругу на каждый счет и через счет. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету (например: «красный», «синий», «зеленый») и ориентирам (флажки, мячи, кегли того же цвета). Основные положения и движения в упражнениях с лентой	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Обучить детей танцевальным

	при работе одной и двумя руками: Взмахи лентой вверх – вниз; Круги лентой в лицевой и боковой плоскостях; Горизонтальные и вертикальные «змейки» лентой. Ритмический танец «Русский хоровод» (музыка «Русский лирический», Б. Карамышев) Описание танца И.П. – круг в сцеплении за руки А1-8 – четыре русских попеременных шага с правой по линии танца. Б. 1-8 – четыре русских шага – «припадание» правым боком по линии танца. В. 1-8 – четыре шага с притопом к центру круга. Г. – повторить движения части В, двигаясь от центра круга. Повторить танец в другую сторону с другой ноги. Потряхивание ногами в положении стоя.	движениям русского танца.
Декабрь Урок 27	Разминка. Выполнение ходьбы по кругу на каждый счет и через счет. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету (например: «красный», «синий», «зеленый») и ориентирам (флажки, мячи, кегли того же цвета). Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками: Взмахи лентой вверх – вниз; Круги лентой в лицевой и боковой плоскостях; Горизонтальные и вертикальные «змейки» лентой. Ритмический танец «Русский хоровод» (музыка «Русский лирический», Б. Карамышев) Описание танца И.П. – круг в сцеплении за руки А1-8 – четыре русских попеременных шага с правой по линии танца. Б. 1-8 – четыре русских шага – «припадание» правым боком по линии танца. В. 1-8 – четыре шага с притопом к центру круга. Г. – повторить движения части В, двигаясь от центра круга. Повторить танец в другую сторону с другой ноги. Потряхивание ногами в положении стоя.	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца.
Декабрь Сюжетный урок 28 «Путешествие на Северный полюс»	Ход урока. Организованный вход в зал под песню «Полный вперед» (Г.Гладкова). Построение в шеренгу. Педагог говорит, что сегодня на уроке они отправляются на Северный полюс. Путешествовать будут на кораблях (скамейках). Перестроение в колонну и сед верхом на скамейки. Педагог выбирает капитанов кораблей («кораблям можно дать названия»). Прежде чем начать путешествие, нужно проверить физическую подготовку экипажа. «Проверка физической подготовки»: «выбегание по трапу» - ходьба по скамейке с различным	-закрепить выполнение танца конькобежцы; -способствовать развитию ловкости, быстроты и ориентировки в пространстве; -содействовать развитию внимания и равновесия.

	положением рук; «лазание по реям» - лазание по реям в упоре стоя на коленях. «Подготовка к отплытию». Комплекс общеразвивающих упражнений на скамейке под музыку (Г. Гладков) «Морская песенка! (имитация движения грабли, лазания и др.), а также использовать движения танца сидя. «Прибытие на Северный полюс». Высадка экипажей (уборка скамеек). Полюбуйся, посмотри, Полюс где-то впереди. Там сверкает снег и лед, Там сама Зима живет. Погода на Севере переменчивая, холодная, путешественников встречает вьюга. Игра «Северный и южный ветер». Играющие располагаются свободно по площадке. Выбираются двое водящих, одному дается синий платочек или ленточка, другому красный. Тот, у кого синий платочек («северный ветер»), пятнает детей, и они остаются на месте – их «заморозили», а водящий с красным платочком («южный ветер») дотрагивается до «замороженных» детей и они, «оттаивая», снова включаются в игру. Водящих может быть разное количество детей – двое с синим платочком и один – с красным, и т.д. 4. «Исследование новой земли». Нам в лицо летят снежинки, А на льду одни картинки. Дружно встанем на коньки, Ну, попробуй догони! Перестроение парами. Танец «Конькобежцы». 5. Построение по экипажам. Все садятся на корабли и отправляются обратно. Выполняют упражнения на восстановление дыхания и на расслабление мышц. Все захлопали в ладоши Дружно, веселее. Застучали наши ножки Громче и быстрее. Мы в ладоши хлоп-хлоп, Мы ногами топ-топ, Руки мы поднимем выше И легко-легко подышим. Вот к земле подходит флот – Наш корабль домой идет!!! 6. Подведение итогов урока. Организованный выход из зала под песню «Полный вперед».	
Январь Уроки 29-30	Разминка. Выполнение бега по кругу на каждый счет и через счет – небольшими прыжками с ноги на ногу («по кочкам») Основные положения и движения в упражнениях с лентой . Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» -	- развить чувство ритма. -Научить правильно исполнять движения. - Обучить детей танцевальным

	упражнение с двумя лентами. (Песня «Облака» - В.Шаинский, С.Козлов). Описание танца Вступление. А. 1-8 - И.П. – стойка, ленточки в обеих руках внизу, хват за концы лент, кольцо или палочку. Б. 1-8 – горизонтальные «змейки» ленточками перед собой. Первый куплет. А. 1 – взмах правой ленточкой вверх. 2 – И.П. 3-4 – повторить счет 1-2. 5-8 – повторить счет 1-4 левой ленточкой. Б. 1 – взмах двумя ленточками вверх. 2 – И.П. 3-4 – повторить счет 1-2. 5-8 – горизонтальные «змейки» ленточками, полуприседая и вставая, в конце стойка руки в стороны. Припев. А. 1-4 – круг ленточками книзу в лицевой плоскости (перед собой), в конце руки вниз. 5-7 – с полуповоротом туловищем направо полуприсед, руки согнуть вперед («лошадки»), ленточки висят. 8 – встать, руки с ленточками в стороны. Б. – повторить движения части А, счет 1-4 с полуповоротом в другую сторону, в конце руки за спину. В. 1-4 – повторить движения части А, счет 1-4, в конце руки за спину. 5-6 – правую ленточку в сторону, поворот головы направо. 7-8 – левую ленточку в сторону, поворот головы налево. Г. 1-2 – наклон налево. 3-4 – наклон направо. 5-8 – повторить счет 1-4, в конце ленточки вниз. Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета. Припев. Повторить упражнения припева – части А-Г; Д-Е – повторить В-Г. В конце припева горизонтальные «змейки» ленточками перед собой, приседая и вставая. В конце песни ленточки в стороны. Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят». И.п. – сед на пятках, руки вниз. 1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох). 3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»).	движениям.
Январь Уроки 31-32	Разминка. Перестроение в шеренгу. Размыкание по ориентирам (на интервал – руки на поясе). Выполнение движений туловищем в различном темпе. Ритмический танец. «Травушка-муравушка». Музыкальный размер 2/4. Русская народная песня. Описание танца И.П. – построение парами по кругу, мальчик слева,	- Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей

	девочка справа: руки в сцеплении во второй позиции. У мальчика свободная рука на поясе, у девочки – на платице. А. 1-4 – два переменных шага с правой ноги. 5-8 – четыре шага с носка с правой ноги. Б. – повторить движения части А. В. 1-4 – два приставных шага в сторону друг от друга (мальчик к центру, девочка от центра). 5 – полуприсед, правая нога вперед на пятку. 6 – встать, приставить правую ногу. 7-8 – повторить счет 5-6 с другой ноги. Г. – повторит движения части В, выполняя приставные шаги в другую сторону (друг к другу). В конце принять исходное положение к началу танца. Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят». И.п. – сед на пятках, руки вниз. 1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох). 3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»).	танцевальным движениям русского танца.
Январь Уроки 33-34	Разминка. Перестроение в шеренгу. Размыкание по ориентирам (на интервал – руки на поясе). Музыкально-подвижная игра на определение музыкального произведения. Дети прослушивают музыкальное произведение, затем стараются изобразить в движениях тех героев, которых композитор изобразил в музыке (кота, лисичку, лошадку и др.) Ритмический танец «Травушка-муравушка». Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят». И.п. – сед на пятках, руки вниз. 1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох). 3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»).	-Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Продолжать обучение детей танцевальным движениям русского танца.
Январь Уроки 35-36	Разминка. Построение в шеренгу. Музыкально-подвижная игра на определение динамики музыкального произведения. Подбирается музыкальный отрывок, где есть громкое (форте) и тихое (пиано) звучание музыки. На громкое звучание дети идут с высоким подниманием бедра. На тихое звучание хлопают в ладоши. На громкое звучание – ходьба вперед, на тихое звучание – ходьба назад. На громкое – прыжки, на тихое – ходьба в упоре присев. Ритмический танец «Современник» (музыка – любая современная в ритме диско) Описание танца И.П. – дети стоят в парах лицом друг к другу (свободно по залу). Мальчики - спиной к основному направлению, девочки – лицом к основному направлению. А. 1-2 – с полуповоротом налево прыжок на левой ноге, правую ногу вперед, руки согнуты: левая вперед, правая	-научить слушать музыку, ее характер, темп. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано). - Обучить детей танцевальным движениям.

	назад. 3-4 – прыжком смена ног впереди. 5-7 – три прыжка со сменой ног на каждый счет впереди с полуповоротом направо. 8 – прыжок на две ноги лицом друг к другу. Б. – повторить движения части А в другую сторону с другой ноги. В. 1 – выпад вправо. 2 – хлопок справа. 3 – выпад влево. 4 – хлопок в ладоши слева. Партнеры меняются местами (левым плечом друг к другу). 5 – шаг правой ногой вперед. 6 – шаг левой ногой вперед. 7 – поворот направо на левой ноге. 8 – приставить правую ногу. Г. – повторить движения части В. Танец повторяется сначала. Поглаживание и растирание правой руки левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук поглаживание и растирание груди. Речитатив: Я мочалочку возьму И ключицу разотру, И кругами, и кругами Грудь массирую руками. А потом, а потом Будет весело кругом!	
Февраль Уроки 37-38	Разминка. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и по ориентирам . Музыкально-подвижная игра «К своим флажкам». Все играющие стоят в кружках по 6-8 человек. В центре каждого круга – водящий, который в поднятой руке держит флажок определенного цвета. Под музыку все играющие , кроме водящих с флажками, выполняют заданные танцевальные движения. С окончанием музыки дети бегут к границам зала (площадки), встают спиной к центру и закрывают глаза. В это время водящие с флажками меняются местами. По команде руководителя «Все к своим флажкам!» играющие открывают глаза, бегут к своим флажкам и образуют круг. Победительницей считается та команда, которая раньше всех нашла «свой» флажок, построила круг и правильно исполнила под музыку заданные движения. Водящих с флажками можно менять после каждого повторения игры. Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим. Ритмический танец «Современник». Поглаживание и растирание правой руки левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук	- Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. -продолжить обучать танцевальным движениям.

	поглаживание и растирание груди. Речитатив: Я мочалочку возьму И ключицу разотру, И кругами, и кругами Грудь массирую руками. А потом, а потом Будет весело кругом!	
Февраль Уроки 39-49	Разминка. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге, беге. Музыкально подвижная игра «К своим флажкам». Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки, удары ногой на сильные и слабые доли такта. Ритмический танец «Артековская полька» (музыка – любая полька). Описание танца И.П. – в парах по кругу лицом к друг другу: мальчик левым боком к центру, девочка правым боком к центру, руки в сцеплении во второй позиции (в стороны). А. 1-2 – приставной шаг к центру. 3 – шаг к центру. 4 – притоп. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону. Б. – повторить движения части А. В. 1 – хлопок в ладоши. 2 – хлопок правыми руками мальчика и девочки. 3 – хлопок в ладоши. 4 – хлопок левыми руками мальчика и девочки. 5-8 – повторить счет 1-4. Г. 1-2 – полуприсед на левой ноге, правую вперед на пятку, левую руку перед грудью, правую руку согнуть вперед, локоть на тыльную сторону ладони. Погрозить правым указательным пальцем со словами «Ты смотри!». 3-4 – поменять исходное положение ног и рук чета 1-2 со словами «не шали!». 5-8 – три шага вперед, проходя мимо друг друга левыми плечами до следующего мальчика (девочки) со словами «Ну и до свидания!». В конце приставить ногу и принять исходное положение для начала танца с другим партнером (партнершей). Поглаживание и растирание правой руки левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук поглаживание и растирание груди. Речитатив: Я мочалочку возьму И ключицу разотру, И кругами, и кругами Грудь массирую руками. А потом, а потом Будет весело кругом!	- Обучить детей танцевальным движениям. - развить чувство ритма. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научит танцевать в парах.
Февраль Уроки 41-42	Разминка. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на	- Продолжить обучать детей танцевальным

	шаге и беге. Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Ритмический танец «Артековская полька» Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.	движениям. - развить чувство ритма. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научит танцевать в парах.
Февраль Уроки 43-44	Разминка. Построение в круг. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно. Ритмический танец «Русский хоровод» (уроки 25-26). Танец «Кик» (музыка в ритме диско). Описание танца И.П. – построение в две шеренги, мальчики напротив девочек, руки свободны в стороны. А. 1 – короткий приставной шаг вправо. 2 – шаг вправо. 3-4 – два раза «кик» - движение левой ногой вправо, правую руку разогнуть два раза. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону. Б. 1-2 – шаг с притопом вправо. 3-4 – шаг с притопом влево. 5-6 – два прыжка вперед, руки вниз (меняются местами). 7-8 – два прыжка с поворотом кругом (лицом друг к другу). Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.	- научить слушать музыку, ее характер, темп. - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве.
Март Уроки 45-46	Разминка. Построение в круг. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно. Танец «Кик». Музыкально-подвижная игра «Музыкальные змейки». Все играющие делятся на три группы, построенные в колонны в определенном месте зала (площадки). Каждая колонна детей выбирает себе определенную мелодию. Например, первая группы выбирает вальс, вторая группа – польку, третья группа – танго. Выбрать модно и три разные детские песни из мультфильмов или сказок. Как только зазвучала одно из мелодий, выбравшая ее, должна двигаться по залу в любом направлении за впереди стоящим. Но вдруг зазвучала другая мелодия, так же действует следующая команда, а первая останавливается в основной стойке или принимает упор присев. При звучании третьей мелодии действия команд происходит аналогично. Музыка может звучать в различном порядке. Вот звучит другая музыка, не выбранная командами, или сигнал руководителя «На свои места!», и тогда все бегут и строятся в колонны на свое первоначальное место. Какая колонна построится раньше и не ошибется при узнавании своей мелодии, та и	- Формировать умение ориентироваться в пространстве. - эмоционально разрядить детей. - научить импровизировать. - научит передавать темп музыки.

	выигрывает. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние». И.П. – стойка руки вверх. 1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули». 2-3 – держать. 4 – встать руки вверх – выдох.	
Март Уроки 47-48	Разминка. Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим игровым способом. Музыкально-подвижная игра «Музыкальная змейка» (уроки 45-46). Ритмический танец «Танец с хлопками» (музыка в ритме диско, темп умеренный, медленный) А. «Шаги на месте». 1-6 – шесть шагов на месте с хлопками перед собой на каждый счет. 7-и-8 – два шага на месте (или продвигаясь вперед) с тремя хлопками перед собой. Б. «приставные шаги в сторону». 1-2 – два приставных шага вправо с двумя хлопками перед собой. 3-4 – повторить счет 1-2 в другую сторону. 5-6 – повторить счет 1-2. 7-и-8 – повторить счет 3-4 с тремя хлопками (хлопки выполняются на счет 7-8). В. «Шаги по диагонали». 1 – шаг правой ногой вперед вправо по диагонали с хлопком вверх справа. 2 – шаг левой вперед – влево по диагонали с хлопком вверх слева. 3 – шаг правой вперед – вправо по диагонали с хлопком внизу справа. 4 – шаг левой вперед влево по диагонали с хлопком внизу слева. 5-6 – повторить счет 1-2. 7-и-8 – повторить чет 3-4 с тремя хлопками внизу. Г. «Шаг назад». 1 – шаг правой назад с хлопком над головой. 2 – шаг левой назад с наклоном вперед и хлопком внизу. 3-4 – повторить счет 1-2. 5-6 – повторить счет 1-2. 7-и-8 – повторить чет 1-2 с тремя хлопками:верху, перед грудью и внизу. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние». И.П. – стойка руки вверх. 1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули». 2-3 – держать. 4 – встать руки вверх – выдох.	- научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.
Март	Разминка.	-научить

Уроки 49-50	Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении. Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. Перестроение и размыкание по ориентирам. Ритмический танец «Танец с хлопками». Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние». И.П. – стойка руки вверх. 1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули». 2-3 – держать. 4 – встать руки вверх – выдох.	перестраиваться из одного рисунка в другой. - Научить правильно исполнять движения.
Март Урок 51	Разминка. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении. Ходьба на каждый счет, хлопки через счет. Танец «Макарена» (уроки 21-22). Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» (уроки 29-30). Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.	- Развить чувство ритма. -повторить танцевальные движения
Март Сюжетный урок 52 «Клуб веселых человечков»	«Знакомство». Построение в шеренгу. Педагог сообщает детям, что они сегодня на уроке побывают в гостях у веселых человечков – в Клубе сказочных героев. (Сначала можно спросить детей, кого они знают, или загадать загадки, которые подготовил Знайка). Многим долго неизвестный, Стал он каждому дружкой, Всем по сказке интересной Мальчик-Луковка знаком. Очень просто и недлинно Он зовется...(Чипполино) Для него прогулка – праздник И на мед особый нюх, Это – плюшевый проказник Медвежонок...(Винни –Пух) Как-то летом, между прочим Папа-Карло – добрый очень – Из полена сделал сына. Он зовется...(Буратино) Загадки могут быть и музыкальными, отрывками из детских песен. Дети могут их отгадывать сидя или двигаться свободно по залу, изображая героев сказки. В Клубе сказочные герои заняты своим делом, и мы будем выполнять задания. Задания можно разложить в ранее приготовленные конверты с изображением сказочных персонажей. 2. «В гостях у Петрушки». Так как Петрушка – большой озорник и весельчак, он любит танцы и просит нас исполнить его любимы танец «Артековскую	- совершенствовать занимающихся в выполнении изученных танцевальных композиций; - развивать творчество, инициативу, самостоятельность в выполнении заданий.

	польку»(уроки 41-42). 3. «В гостях у Незнайки». У Незнайки всегда много проблем, и он просит нас разобраться, к какому же флажку надо бежать. Музыкально-подвижная игра «К своим флажкам» (уроки 37-38). 4. «В гостях у Буратино». Буратино – большой выдумщик, поэтому он просит ребят выполнить «Бег по кругу» с различными вариантами движений. 5. «В гостях у Винтика и Шпунтика». Винтик и Шпунтик долго трудились и изобрели машину будущего. Она имеет крылья, умет плыть по морю. Они просят изобразить эту машину. Звучит песня «Автомобили» или «Старенький автомобиль», дети идут под музыку изображают чудо-машину: кто «едет», кто «летит» или передвигается на четвереньках. При выполнении каждого задания отмечаются дети, лучше справившиеся с ним. Они получают значок с изображением веселого человечка или поощрительные очки. 6. В конце урока подводятся общие итоги и выявляются победители.	
Апрель Уроки 53-54	Разминка. Строевой шаг на месте, походный марш в передвижении. Упражнение типа задания в ходьбе и на внимание (красный флажок – выполнение ходьбы на месте, зеленый флажок – передвижение в обход и другие задания). Ритмический танец «Спенк» (музыка в ритме диско). Описание танца И.П. – занимающиеся стоят в парах, взявшись за руки, лицом к основному направлению, девочка справа от мальчика. А. «Пятки». 1 – держась за руки, с поворотом друг от друга, поставить ногу на пятку (мальчик – левую, девочка – правую), руки свободные согнуть вперед. 2 – приставить ногу (мальчик – левую, девочка – правую) в И.П. 3 – держась за руки, с поворотом друг к другу, с поворотом друг к другу поставить другую ногу на пятку. 4 – приставить ногу в И.П. 5-8 – повторить счет 1-4. Б. «Поворот». Мальчик 1 – шаг левой ногой назад. 2 – приставить правую ногу, пропуская девочку на поворот, и перехватить рукой ее правую руку. 3 – шаг левой ногой вперед. 4 – приставить правую ногу. 5-8 – повторить счет 1-4, перехватывая правой рукой левую руку девочки. Девочка 1-3 – с левой ноги три шага с поворотом налево на 360	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.

	градусов. 4 – приставить правую, перехватить правой рукой левую руку мальчика. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону, перехватывая левой рукой правую руку мальчика. В. «Автостоп». И.П. – то же (как в начале танца). 1-2 – сгибая и разгибая два раза левую ногу, два рывка согнутыми руками назад, правая рука вверх, левая рука вниз. 3-4 – повторить счет 1-2 с другой ноги и со сменой положения рук. 5 – сгибая левую ногу, рывком согнутыми руками, правая рука вверх, левая вниз. 6 – повторить счет 5 с другой ноги со сменой положения рук. 7-8 – два раза согнуть левую ногу и два раза согнуть правую руку сверху вниз («дернуть гудок»). Г. «Приставные шаги». 1 – шаг в правую, руку в стороны. 2 – приставить левую с хлопком над головой. 3 – шаг влево, руки в стороны. 4 – приставить левую с наклоном вперед, хлопок внизу. 5-6 – повторить счет 1-2 влево. 7- шаг влево, руки в стороны. 8 – приставить правую ногу, встать в И.П. Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.	
Апрель Уроки 55-56	Разминка. Построение по кругу в парах. Ритмический танец «Спенк». Ритмический танец «Модный рок» (уроки 19-20). Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве.
Апрель Уроки 57-58	Разминка. Построение по кругу в парах. Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим. Ритмический танец «Спенк». Основные движения танца «Ча-ча-ча» (счет 2-3 «ча»-«ча»-1): Основное движение вперед. И.П. – основная стойка. 2 – шаг левой ногой вперед (вес тела переносится на нее). 3 – перенести вес тела на правую ногу назад. «Ча» - шаг левой ногой в сторону. «Ча» - приставляя правую ногу 1 – шаг левой ногой в сторону. Основное движение назад. 2 – шаг правой ногой назад (вес тела переносится на нее). 3 – перенести вес тела на левую ногу.	- Обучить детей танцевальным движениям; - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

	«Ча» - шаг правой ногой в сторону. «Ча» - приставляя левую. 1 – шаг правой ногой в сторону. Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.	
Апрель Уроки 59-60.	Разминка. Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим. Ритмический танец «Тайм-степ» (музыка в ритме «ча-ча-ча»). Вариант первый. И.П. – стойка ноги врозь, вес тела на левой ноге, рук свободны или на поясе. 1 – перенести вес тела на правую ногу. 2 – перенести вес тела на левую ногу. 3 – шаг вправо, с переносом тела на правую ногу. И – приставляя левую ногу. 5-6 – повторить счет 1-2 в другую сторону. 7-и-8 – повторить счет 3-и-4 в другую сторону. Вариант второй. 1 – шаг правой ногой вперед с переносом веса тела. 2 – перенести вес тела на левую ногу. 3-и-4 – повторить счет 3-и-4 первого варианта. 5-6 – повторить счет 1-2 с левой ноги. 7-и-8 – повторить счет 7-и-8 первого варианта. Вариант третий. Можно танцевать в парах (лицом друг к другу). Мальчик с левой, девочка с правой ноги. Танцевальные шаги «Ча-ча-ча» (уроки 57-58). Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя.	- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма.
Май Уроки 61-62	Разминка. Построение по кругу. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно. Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам. Ритмический танец «Тайм степ» (уроки 59-60). Основные движения танца «Полонез» (шаги). Музыкальный размер 3/4. И.П. – стойка руки у девочки на платице, у мальчика на поясе. 1 – шаг правой ногой вперед. 2 – шаг левой ногой вперед. 3 – шаг правой ногой на полуприсесть, одновременно левая нога выводится вперед-книзу. Тоже с другой ноги. Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя.	- научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - научить передавать заданный образ. - научить слушать музыку, ее темп.
Май Уроки 63-64	Разминка. Упражнение типа задания в ходьбе и беге по звуковому сигналу. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно.	- научить передавать заданный образ. - научить слушать музыку, ее темп. - развить умение

	Танцевальные шаги «Полонез». Бальный танец «Полонез» (музыкальный размер $\frac{3}{4}$, полонез или «троянец»). Описание танца И.П. – на верхней середине в парах мальчик держит правой рукой левую руку девочки, правая рука девочки за платье, левая рука мальчика на поясе. Мальчик стоит левым боком к центру, девочка справа от него. Первая часть. Движение вперед по линии танца основным шагом до противоположной середины или дальше. Вторая часть. Движение основным шагом через центр зала до противоположной стороны. Третья часть. Расходятся в разные стороны основным шагом и выстраиваются по боковым линиям зала лицом друг к другу. Четвертая часть. Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Идут навстречу друг к другу основным шагом и противоходом внутрь шеренг, принимая исходное положение, уходят основным шагом. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.	«держат» круг и интервалы.
Май Уроки 65-66	Разминка. Танцевальные шаги «Полонез», «Ча-ча-ча», «Самбо». Танцевальная разминка. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.	- научить импровизировать. - эмоционально разрядить детей.
Май Уроки 67-68	Отчетный концерт.	

Планируемые результаты:

- Научить ребенка чувствовать и ощущать музыкальный ритм;
- Формировать потребность к творческому самовыражению;
- Овладение детьми приемами, связками движений в танцевальных композициях;
- Развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, координационных способностей;
- Повышение работоспособности и двигательной активности;
- Развитие правильной осанки;
- Привитие культуры общения между собой и окружающими, в паре, в танце.

Используемая литература:

1. Буренина А.И. «Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста».
2. Королева М. Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хип-хоп.-С-П: студия «Диваданс», 2005 г.
3. Детский фитнес-. М.: Физкультура и спорт, 2006.
4. Раевская Е.П. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду»
5. Костровицкая В. «Сто уроков классического танца»
6. Урунтаева Г. «Дошкольная психология»
7. Ветлугина Н.А. «Эстетическое воспитание в детском саду»

8. Бекина С.И. «Музыка и движение»
9. Барышникова Т. «Азбукахореографии»
10. Интернет-ресурсы