

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 288 комбинированного вида»  
Кировского района г. Казани**

**УТВЕРЖДАЮ**

**Заведующая МАДОУ**

**«Детский сад № 288**

**комбинированного вида»**

**Ф.Н.Гатиатулина**

**Приказ № 120-ОД от 27.08.2020г.**



**Программа по хореографии  
Педагога дополнительного образования  
Блохиной Елены Геннадьевны**

**Казань**

## Содержание

1. Пояснительная записка.

2. Задачи программы по возрастным группам.

3. Учебно-тематический план по возрастным группам на год.

4. Содержание программы по возрастным группам по разделам:

- упражнения на середине зала;
- ритмические упражнения;
- музыкально-танцевальные игры;
- танцевальные элементы и композиции.

5. Предварительные результаты по возрастным группам по разделам:

- коллективно-порядковые навыки и умения;
- музыкально-ритмические навыки и умения;
- навыки и умения выразительного движения.

6. Реализация и выполнение программы.

Новизна программы заключается в том, что обучение хореографии на подготовительном этапе начинается с трехлетнего возраста с постепенным усложнением содержания, значительно превышающим базовую программу.

Программа направлена на совершенствование традиционной практики по хореографическому и музыкально-ритмическому обучению детей дошкольного возраста.

Программа разработана с учетом принципов: систематичности, психологической комфортности, учета возрастных особенностей, деятельного подхода к развитию детей и ориентирована на развитие личности ребенка.

## Пояснительная записка.

В дошкольном возрасте активно развиваются специальные способности детей, прежде всего художественные. Дошкольное детство создает благоприятные условия для их формирования. Дошкольник включен во все многообразие художественных видов деятельности. Он поет, танцует. Это создает возможность для проявления специальных способностей, в том числе музыкальных. Высшим проявлением способностей является *талант*.

Возможность выразить свои чувства в танце, внимательно слушая музыку, в огромной степени способствует эмоциональному, духовному, физическому развитию дошкольника. Сочетание духовного и физического необходимо для развития личности ребенка.

Работа с детьми по обучению музыкально-ритмическим навыкам показала, что в каждом ребенке заложен огромный эмоциональный, творческий, физический потенциал. Задача хореографа – создать условия для его раскрытия и развития.

## **Цель программы.**

Выявление, раскрытие и развитие специальных (художественных) способностей каждого воспитанника, развитие личности дошкольника.

## **Задачи программы**

- 1) Создание условий для развития способностей детей.
- 2) Развитие интеллектуального, физического, духовного и творческого потенциала воспитанников.
- 3) Выявление и развитие особо одаренных детей.
- 4) Организация полноценной культурно-досуговой деятельности.
- 5) Привитие навыков здорового образа жизни.

Программа способствует обновлению содержания дошкольного образования. Работа по данной программе формирует у дошкольников навыки танцевальной техники, превышающие базовую образовательную программу, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои достижения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

## **Этапы работы.**

I этап – подготовительный (II младшая группа).

II этап – основной (средняя и старшая группы).

III этап – этап совершенствования (подготовительная группа).

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

Занятия осуществляются с учетом возрастных особенностей детей.

Дети четвертого года жизни учатся двигаться в соответствии с характером музыки. Улучшается качество исполнения танцевальных движений. Появляется умение двигаться под музыку ритмично, согласно темпу и характеру музыкального произведения.

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

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

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

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

Длительность занятий составляет:

- во II младшей группе – 15 минут;
- в средней группе – 20 минут;
- в старшей группе – 25 минут;
- в подготовительной группе – 30 минут.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные народно-тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения.
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

## **Структура занятия состоит из трех частей:**

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 общего времени занятия.

II часть включает в себя задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.

В работе педагог использует различные методические приемы:

- Показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
- Выразительное исполнение движения под музыку;
- Словесное пояснение выполнения движения;
- Внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- Творческие задания.

Методические приемы варьируются в зависимости от: 1) используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод, и т.д.), его содержания; 2) объема программных умений; 3) этапа разучивания произведения; 4) индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

Дети разучивают элементы классических, народных, бальных, спортивных и эстрадных танцев, хореографические композиции в этих жанрах.

## **Литература.**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М., 1999 г.
2. Белкина С. и др. «Музыка и движение», М., Просвещение, 1984 г.
3. Белая К. «Триста ответов на вопросы заведующей детским садом», М., 2004 г.
4. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе», Киев, 1998 г.
5. Костровицкая В. «Сто уроков классического танца», С-Пб., 1999 г.
6. Конорова Е. «Хореографическая работа со школьниками», С-Пб., 1998 г.
7. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения». Письмо МО РФ от 14.03.2000 г. № 65/ 23-16
8. «Программа воспитания и обучения в детском саду», под ред. М.А. Васильевой, М., 1996 г.
9. Урунтаева Г. «Дошкольная психология», М., 1996 г.
10. «Эстетическое воспитание в детском саду» под ред. Н.А. Ветлугиной, М., 1985 г.



# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

## *II младшая группа*

### **Упражнения на середине зала:**

Марш. Построение в шеренгу, колонну, круг.

Круг. Построение круга из колонны, из пар, построение маленьких кругов попарно.

### **Ритмические упражнения и игры:**

- Движения в характере и темпе музыки (быстро, медленно).
- Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.
- Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования.

### **Коллективно-порядковые упражнения:**

- Правильное исходное положение.
- Ходьба и бег: с высоким подниманием колена и оттягиванием носка.
- Перестроение в круг из шеренги.
- Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

### **Танцевальные элементы и композиции:**

- Танцевальный шаг (шаг с носка).
- Высокий шаг.
- Мягкий пружинящий шаг.
- Бег на полупальцах.
- Тихая ходьба.
- Легкие подскоки.
- Прыжки.
- Притопы.
- Танцы.

## **Средняя группа**

### **Упражнения для развития техники танца.**

#### **Урок классического танца:**

- Знакомство с позициями ног и рук. Позиции ног: первая, вторая, третья, четвертая, пятая. Позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья.
- Полуприседание (деми-плие) в первой, второй и третьей позициях.
- Вытягивание ноги на носок (батман тандю) с паузами на каждой точке с первой позиции вперед – в сторону, позднее – назад.
- Круговое движение ногой по полу по точкам (рон де жамб партер) с остановкой вперед в четвертую позицию, в сторону – во вторую, назад – в четвертую и в первую позиции.
- Выбрасывание ноги (батман жете) с первой позиции в сторону – вперед – в сторону – назад.
- Ударный бросок (батман шрапе) в сторону (в конце учебного года). Поднимание вытянутой ноги на 45° в сторону с первой позиции (релеве лан). Большой бросок ноги (гран батман жете) в сторону, на 45° с паузой на каждой точке.
- Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в первой, второй, третьей, пятой позиции (лицом к станку).
- Перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).
- Прыжки (соте) на двух ногах с паузами в первой, второй и третьей позициях.
- Упражнение для рук, головы, корпуса (пор де бра).
- Позы.

#### **Урок народно-сценического танца:**

- Деми-плие и гран-плие в первой и шестой позициях.
- Вытягивание ноги на носок с последовательным переходом на каблук и на носок.
- Вытягивание ноги с одновременным ударом пяткой опорной ноги (батман тандю каблучный).
- Маленькие шаги.
- Вынесение ноги на каблук вперед и в сторону.

Все указанные движения изучают у станка и на середине зала.

Уже с первого дня обучения детям нужно постоянно напоминать о положении корпуса, чтобы правильная осанка вошла в привычку. Свободные руки держат на

тали. В это время учащиеся впервые получают представление об опорной и работающей ноге. Опорная нога должна образовывать с корпусом прямую вертикальную линию.

### **Упражнения на середине зала:**

- Марш. Построение в шеренгу, колонну, круг.
- Перестроение из одной шеренги в две.
- Повороты на месте вправо, влево, кругом.
- Круг. Построение круга из колонны, из пар, построение маленьких кругов попарно, по четыре и т.д.
- Фигурная маршировка, ходьба парами, четверками: змейки, волны, гребешок, звездочки.

### **Ритмические упражнения и игры:**

- Движение в характере и темпе музыки (быстро, медленно).
- Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.
- Элементарное ознакомление с длительностями – половинными, четвертными, восьмыми.
- Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования.

### **Коллективно-порядковые упражнения:**

- Правильное исходное положение.
- Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.
- Перестроение в круг из шеренги, цепочки.
- Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

### **Танцевальные элементы и композиции:**

- Танцевальный шаг (шаг с носка).
- Бег на полупальцах.
- Па галопа.
- Па польки на месте без прыжка, с продвижением вперед, назад; полька по кругу в сочетании с галопом, подскоками и т.д.; полька по одному, парами.
- Элементы движений и танцевальные этюды русского, украинского, белорусского и литовского танцев.

- Движения и танцевальные композиции, запланированные к постановке.
- Хлопки в различных ритмических рисунках.
- Хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков).
- Присядки (для мальчиков).
- Вертушки (для девочек).
- Танцы и хореографические композиции.

## **Старшая группа**

Занятия на этом этапе значительно усложняются.

Наиболее существенной частью занятий становится танцевальная подготовка детей.

В это время дети проявляют достаточную организованность, их движения становятся более точными, выразительными. Занятия в кружке проводят так, чтобы развить у детей основные танцевальные навыки и помочь им понять и полюбить искусство танца.

Воспитательные задачи остаются в центре внимания руководителя кружка, но выполняются они уже не в плане игровых и организующих упражнений, а в плане подготовки и исполнения танцев.

### **Упражнения для развития техники танца.**

#### **Урок классического танца.**

На втором году обучения изучают новые упражнения классического танца, повторяют предыдущие.

Руки в экзерсисе возле станка, на середине зала открываются во вторую позицию – подготовка на два вступительных аккорда.

В подготовительное положение руки опускаются с правой и левой ноги, держась одной рукой за палку:

- Полуприседание (деми-плие) и глубокое приседание (гран-плие) в первой, второй и пятой позициях.
- Вытягивание ноги на носок (батман тандю) крестом из пятой позиции (пятая позиция является основной для всех движений).
- Маленькие броски крестом (пти батман жете).
- Выбрасывание ноги (батман жете) с пятой позиции крестом без пауз на каждый такт.
- Круговое движение ногой (рон де жамб пар терр) вперед-назад (ан деор и ан дедан).
- Прыжки вверх с обеих ног (соте) в первой, второй и пятой позициях (лицом к станку).

### **Урок народно-сценического танца:**

- Каблук-носок (батман тандю (носок)), в характере русского танца. Батман тандю с подниманием пятки опорной ноги и вынесением работающей ноги на носок вперед – в сторону – назад (в характере татарского танца).
- Подготовка к веревочке (в характере украинского танца).
- Голубцы лицом к станку, держась за палку обеими руками (подготовительное упражнение – ударить ступней одной ноги о другую).

### **Упражнения на середине зала.**

- Марш, построение в линии.
- Балансе.
- Прыжок с ноги на ногу (жете).
- Прыжок с одной ноги на две (ассамбле).
- Па де бурре.

### **Ритмические упражнения и игры.**

- Ритмико-гимнастические упражнения общеразвивающего плана.
- Упражнения на координацию движений.
- Упражнения на расслабление мышц.

### **Коллективно-порядковые упражнения.**

- Совершенствование навыков ходьбы и бега.
- Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.
- Перестроение в колонну по два.
- Перестроение из колонны парами в колонну по одному.
- Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.

## **Танцевальные элементы и композиции.**

- Повторение элементов танца по программе для средней группе.
- Тихая ходьба, высокий шаг, мягкий пружинящий шаг.
- Пскоки с ноги на ногу, легкие подскоки.
- Переменные притопы.
- Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.
- Хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков).
- Элементы русской пляски.
- Элементы татарской пляски.
- Движения парами.
- Выбивание дроби полупальцами и пяткой по полу.
- Присядки (для мальчиков).
- Вертушки (для девочек).
- Танцы и хореографические композиции.

## **Подготовительная к школе группа**

На протяжении учебного года последовательно повторяются упражнения предыдущих лет обучения в более ускоренном темпе и в различных небольших композициях, а также дополнительно изучаются упражнения у станка.

### **Упражнения для развития техники танца**

#### **Урок классического танца.**

- Полное приседание и подъем на полупальцах во всех позициях.
- Поднятие рук в третью позицию на полупальцах.
- Круговое движение ногой по полу вперед-назад на полуприседание (рон де жамб пар терр ан деор и ан дедан).
- Круговое движение ногой в воздухе (рон де жамб ан лер).
- Медленное поднимание ноги (релеве лан) крестом на 90 градусов.
- Постепенное разгибание ноги (девелоппе) крестом на 90 градусом.
- Большой бросок ноги (гран батман жете).

#### **Урок народно-сценического танца.**

- Комбинированные движения для ног, корпуса, рук и головы вперед-назад.
- Наклоны (пор де бра) в различных комбинациях и позах.
- Исполнение на середине зала различных комбинаций из выученных упражнений классического танца.
- Изучение элементов и этюдов народных танцев, а также отдельных движений и комбинаций, входящих в состав запланированных танцев (постановок).

#### **Ритмические упражнения и игры.**

- Ритмико-гимнастические упражнения общеразвивающего плана.
- Упражнения на координацию движений.
- Упражнения на расслабление мышц.
- Упражнения с детскими музыкальными инструментами.
- Игры под музыку.



# ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

## II младшая группа

### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- Строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;
- Занимать правильное исходное положение (стоять прямо, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не опускать голову, не сутулиться);
- Равняться в шеренге, в колонне;
- Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- Маршировать вместе со всеми и индивидуально;
- Выполнять основные движения (ходьба и бег) в умеренном и быстром темпе.

### **2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- Упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них движением;
- Передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- Самостоятельно начинать движения после вступления;
- Выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки, платочки).

### **3. Навыки и умения выразительного движения:**

- Слушать танцевальную мелодию до конца, узнавать знакомые мелодии;
- Замечать изменения в звучании мелодии (тихо – громко);
- Выполнять танцевальные движения: притоптывать попеременно двумя ногами и одной ногой, кружиться в парах, выполнять прямой галоп, двигаться под музыку с предметами (флажки, листочки, веточки и т.п.), игрушками, без них;
- Передавать игровые и сказочные образы: идет медведь, крадется кошка, бегают мышата, скачет зайка, ходит петушок, клюют зернышки цыплята, летают птички, едут машины, летят самолеты, идет коза рогатая и др.;
- Приветствовать учителя («Поклон – приветствие»);
- Элементы народных танцев;
- Русские народные танцы: «Самовар», «Матрешки»;
- Татарский народный танец;
- «Полька», «Птички», «Мишки».

### **Коллективно-порядковые упражнения:**

- Построение в шахматном порядке;
- Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на и носках, широким и мелким шагом на пятках, держа спину ровно;
- Построение в колонну по три;
- Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой на шаг назад;
- Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг;
- Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол;
- Сохранение правильной дистанции во всех видах построений;
- Выполнение с предметами более сложных движений, чем в предыдущих группах.

### **Танцевальные элементы и композиции:**

- Повторение элементов танца по программе старшей группы;
- Шаг на носках, шаг польки;
- Широкий, высокий бег;
- Сильные прыжки, боковой галоп;
- Элементы русской пляски;
- Элементы татарской пляски;
- Подготовка к веревочке (в характере украинского танца);
- Движение парами;
- Выбивание дроби полупальцами и пяткой по полу;
- Присядки (для мальчиков);
- Вертушки (для девочек);
- Танцы и хореографические композиции.

## **Средняя группа**

### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- Строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;
- Занимать правильное исходное положение (стоять прямо, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не опускать голову, не сутулиться);
- Равняться в шеренге, в колонне;
- Приветствовать учителя;
- Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- Выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»;
- Выполнять бег: легкий и стремительный;
- Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий;
- Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

### **2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- Упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них движением;
- Передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- Самостоятельно начинать движения после вступления;
- Выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки, платочки);
- Передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз.

### **3. Навыки и умения выразительного движения:**

- Творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, импровизациях, играх;
- Бегать с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;
- Двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами;
- Бегать на полупальцах;

- Внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением;
- Узнавать плясовые движения по мелодии;
- Выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;
- Выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах, мальчики – присядки (русские, татарские), хлопушки, девочки – «вышивать тюбетейку»;
- Ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга врассыпную и обратно, подскоки;
- Выполнять элементы классического и народно-сценического урока;
- Выполнять элементы польки, русской пляски, татарской пляски;
- Татарский народный танец «Подарок»;
- Русский народный танец «Матрешечки»;
- «Полька»;
- Хореографические композиции: «Птичий двор», «Зимняя сказка», «Буратино»;
- Выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, тюбетейками, цветами);
- Инсценировать хороводы;
- Приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»).

## **Старшая группа**

### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- Организованно строиться (быстро, точно), сохранять правильные дистанции в колонке парами;
- Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковому и музыкальному сигналам;
- Наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку;
- Ходить вдоль стен с четкими поворотами в углах зала;
- Строиться в колонну «по два»;
- Перестраиваться из колонны парами в колонну «по одному»;
- Строиться в круг из шеренги и из движения врассыпную.

## **2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
- Отмечать в движении сильную долю такта;
- Реагировать сменой движений на смену характера музыки;
- Самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений;
- Самостоятельно отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент;
- Реагировать на темповые и динамические изменения музыки.

## **3. Навыки и умения выразительного движения:**

- Легко, естественно и непринужденно выполнять шаг польки, переменный шаг, высокий шаг, пружинящий шаг, боковой галоп, подскоки с ноги на ногу, легкие подскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед и все плясовые движения;
- Ритмично, легко и непринужденно действовать с мячами, скакалками и другими предметами под музыку;
- Ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- Самостоятельно менять движения в соответствии с музыкальными фразами и трехчастной формой музыкального произведения;
- Выполнять танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении;
- Выразительно передавать игровые образы в инсценировки песен;
- Самостоятельно инсценировать содержание песен, хороводов, действовать, не подражая друг другу;
- Придумывать варианты к играм и пляскам;
- Самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- Выполнять элементы классического и народно-сценического урока;
- Выполнять элементы русской и татарской пляски;
- Русские народные танцы: «Кадриль», «Яблочко», «Парная полька»;
- Татарские народные танцы: «Джигиты», «Гармонь»;
- Исполнять хореографические композиции «Виноватая тучка», «Зимушка-зима»;
- Приветствовать учителя и друг друга («Поклон - приветствие»), приглашать на танец («Поклон - приглашение»).

## **Подготовительная к школе группа**

### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- Маршировать в соответствии с метрической пульсацией;
- Чередовать ходьбу с приседанием, со сгибами коленей, на носках, широким или мелким шагом, на пятках, держа ровно спину;
- Рассчитаться на 1, 2, 3 для последующего построения в 3 колонны, шеренги;
- Соблюдать правильные дистанции в колонне «по 3» и в концентрических кругах;
- Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой – на шаг назад;
- Перестроение из общего круга в кружочки по 2, 3, 4 человека и обратно в общий круг;
- Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой;
- Выполнение движений с предметами более сложных, чем в предыдущих группах.

### **2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоcontrastными построениями;
- Передать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- Повторять любой ритм, заданный учителем;
- Задавать ритм самим и проверять правильность его исполнения хлопками и притопами;
- Выполнять ритмико-гимнастические упражнения общеразвивающего плана, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц;
- Выполнять упражнения с детскими инструментами;
- Передавать в игровых движениях различные нюансы музыки.

### **3. Навыки и умения выразительного движения:**

- Легко, естественно и непринужденно выполнять элементы танца по программе: шаг на носках, шаг польки, широкий и высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп;
- Передавать в игровых, плясовых движениях различные нюансы музыки — напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- Выразительно действовать с воображаемыми предметами;
- Придумывать варианты к играм и пляскам;

- Самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- Выразить свои впечатления от танцевальной музыки в движениях или рисунках;
- Сохранять правильное положение корпуса, рук, ног при исполнении танцевальных движений, правильно распределяя дыхание;
- Исполнять танцевальные движения индивидуально и коллективно, с сопровождением и без него;
- Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером передаваемых образов, несложной музыкальной музыки, ритмический рисунок;
- Самостоятельно начинать движение после музыкального вступления;
- Активно участвовать в выполнении творческих заданий;
- Выполнять танцевальные движения:
  - Шаг с притопом;
  - Приставной шаг с приседанием; пружинящий шаг;
  - Боковой галоп;
  - Переменный шаг;
  - Национальные присядки;
  - Простейшие дроби;
  - Вертушки и кружения.
- Выразительно и ритмично исполнять танцы согласно репертуарному плану;
- Выразительно и ритмично исполнять движения с предметами (шарами, обручами, мячами, цветами, ложками, веерами и др.);
- Выполнять упражнения народно-сценического и классического экзерсиса;
- Выполнять «Поклон-приветствие», «Поклон- приглашение»;
- Выполнять элементы классического и народно-сценического урока;
- Выполнять элементы русской и татарской пляски, русские народные танцы «Коробейники», «А я по лугу гуляла»;
- Исполнять хореографические композиции: «Не боимся мы дождя», «Пришла Зима», «Ходики с кукушкой».

## Учебно-тематический план

### II младшая группа

|    |  |                           |     |
|----|--|---------------------------|-----|
| 1. | Организация студии. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.   | октябрь                   | 0,5 |
| 2. | Предмет «Хореография».   |                           | 0,5 |
| 3. | Коллективно-порядковые упражнения: «Встреча», «Ворота», «Змейка», «В круг».  |                           | 1   |
| 4. | Ритмические упражнения: «Растет дерево», «Птицы просыпаются». Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс.   |                           | 1   |
| 5. | Передача в движении ритмических рисунков (упражнения с лентами, ложками, платочками, цветочками).  |                           | 2   |
| 6. | Музыкальные игры: «Шуточка», «Бег с ленточками», «Бабочки», «Утята».   |                           | 1   |
| 7. | Народный танец. Элементы русского и татарского танца.  |                           | 2   |
|    |  |                           |     |
| 1. | Упражнения на середине зала: «Спокойная ходьба», «Ронять руки», «Лошадки», «Чей кружок скорее соберется».  | ноябрь<br>декабрь         | 3   |
| 2. | Ритмические упражнения и игры: «Осень спросим» (с бубнами)   |                           | 3   |
| 3. | Коллективно-порядковые упражнения: «Шаг с высоким подъемом ног и поскоки», «Упражнение с флажками».  |                           | 4   |
| 4. | Танцевальные элементы и композиции: «Птички», «Снежинки», «Матрешки».  |                           | 6   |
|    |  |                           |     |
| 1. | Упражнения на середине зала: «Марш», «Торжественная ходьба».   | январь<br>февраль<br>март | 6   |
| 2. | Ритмические упражнения и игры: «Упражнение с флажками», «Поскачем», «Бусинки».   |                           | 6   |
| 3. | Коллективно-порядковые упражнения: «Побегаем, попрыгаем», «Мягкий шаг кошечки», «Полетаем на самолете», «Передача платочка».                                       |                           | 6   |
| 4. | Танцевальные элементы и композиции:<br>- танцевальный шаг (шаг с носка);<br>- бег на полупальцах;<br>- прыжки;<br>- па галопа;<br>- «Матрешки», «Мишки», «Полька». |                           | 6   |
|    |  |                           |     |
| 1. | Упражнения на середине зала: «Марш», «Величавый шаг», «Чей кружок соберется скорее».   | апрель<br>май             | 4   |
| 2. | Ритмические упражнения и игры: «Поскачем». «Будь ловким», «Кот и мыши».  |                           | 4   |
| 3. | Коллективно-порядковые упражнения: «Передача мяча», «Цветные флажки», «Вертушки».  |                           | 3   |



|    |   |  |           |
|----|---|--|-----------|
| 4. | Танцевальные элементы и композиции:<br>- хороводный шаг;<br>- бег на полупальцах;<br>- прыжки;<br>- па галопа;<br>- па польки на месте сначала без прыжка, с продвижением вперед, полька по одному. |  | 4         |
|    |   |  |           |
|    | <b>Творческий отчет</b>   |  | <b>1</b>  |
|    | <b>Итого за год</b>   |  | <b>64</b> |

### Средняя группа

|    |   |                   |     |
|----|---|-------------------|-----|
| 1. | Организация студии. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.  | октябрь           | 0,5 |
| 2. | Предмет «Хореография».  |                   | 0,5 |
| 3. | Коллективно-порядковые упражнения: «Встреча», «Ворота», «Змейка», «В круг».   |                   | 1   |
| 4. | Ритмические упражнения: «Растет дерево», «Птицы просыпаются». Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, современные ритмы.   |                   | 1   |
| 5. | Передача в движении ритмических рисунков (упражнения с ложками, платочками).  |                   | 1   |
| 6. | Музыкальные игры: «Шуточка», «Бабочки», «Утята», «Карусель».  |                   | 1   |
| 7. | Народный танец. Элементы русского и татарского танца.   |                   | 2   |
| 8. | Полька. Па галопа. Положение в паре.  |                   | 1   |
|    |   |                   |     |
| 1. | Урок классического танца:<br>- позиции ног (1, 2, 3, 6);<br>- позиции рук (0, 1, 2, 3);<br>- деми плие (полуприседание).  | ноябрь<br>декабрь | 2   |
| 2. | Урок народно-сценического танца:<br>- деми плие – гран плие в 1 и 6 позициях;<br>- вытягивание ноги на носок с последовательным переходом на каблук и на носок;<br>- вытягивание ноги с одновременным ударом пяткой опорной ноги;<br>- маленький шаг. |                   | 2   |
| 3. | Татарский народный танец:<br>- основные положения рук, ног, головы, корпуса;<br>- положение в паре;<br>- основные элементы татарского танца (основной ход, «гармошка», «дорожка»).  |                   | 2   |
| 4. | Упражнения на середине зала: «Марш», «Торжественная ходьба».  |                   | 2   |
| 5. | Ритмические упражнения и игры: «Делаем красиво», «Упражнения с флажками», «Веселая карусель», «Ловушка», «Займи домик».   |                   | 2   |
| 6. | Коллективно-порядковые упражнения: «Передача мяча», «Цветные флажки», «Вертушки».   |                   | 2   |

|    |   |                           |           |
|----|---|---------------------------|-----------|
| 7. | Танцевальные элементы и композиции:<br>- хороводный шаг;<br>- танцевальный шаг (шаг с носка);<br>- бытовой шаг;<br>- прыжки;<br>- па галопа;<br>- па польки на месте сначала без прыжка, с продвижением вперед;<br>- полька по кругу в сочетании с галопом, подскоками;<br>- полька по одному, парами;<br>- хлопки в различных ритмических рисунках;<br>- хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков);<br>- «Птичий двор», «Полька», «Снежинки», «Татарская пляска». |                           | 4         |
| 1. | Урок классического танца:<br>- рон де жамб терр (круговое движение ногой по полу);<br>- сюр лек у-де-пье (положение ноги на щиколотке);<br>- пасса (проходное движение).  | январь<br>февраль<br>март | 4         |
| 2. | Урок народно-сценического танца:<br>- флик-флак (упражнения с ненапряженной ступней);<br>- дубль флик (мазок и удар ненапряженной ступней по полу);<br>- вынесение ноги на каблук вперед и в сторону;<br>- поезд.   |                           | 4         |
| 3. | Урок бального танца:<br>- основные положения рук, ног, головы, корпуса;<br>- бальный поклон:<br>а) для девочек;<br>б) для мальчиков;<br>- бальный поклон в паре;<br>- балансе (покачивание)   |                           | 4         |
| 4. | Татарский народный танец:<br>- основные элементы татарского танца в паре;<br>- основные элементы татарского народного танца «Подарок».  |                           | 4         |
| 5. | Татарский национальный костюм. Особенности.   |                           | 1         |
| 6. | Татарский национальный орнамент. Особенности.   |                           | 1         |
| 7. | Русский народный танец:<br>- основные элементы русского народного танца в паре;<br>- основные элементы русского народного танца «Кадриль».  |                           | 6         |
| 8. | Русский народный костюм. Особенности.   |                           |           |
| 1. | Урок классического танца:<br>- релеве в 1, 2 и 3 позициях (подъем на полупальцы обеих ног);<br>- соте в 1, 2 и 3 позициях (прыжки на двух ногах с паузами);<br>- пор де бра (упражнения для рук, головы и корпуса).   | апрель<br>май             | 2         |
| 2. | Урок народно-сценического танца:<br>- народные этюды.   |                           | 5         |
| 3. | Урок бального танца: «Полька».  |                           | 2         |
| 4. | Урок технического характера (ритмические навыки и музыкальная выразительность).   |                           | 2         |
| 5. | Этюд татарского танца.  |                           | 2         |
| 6. | Работа над репертуарным планом.   |                           | 2         |
|    | <b>Творческий отчет</b>   |                           | <b>1</b>  |
|    | <b>Итого за год</b>   |                           | <b>64</b> |

### Старшая группа

|    |  |                   |     |
|----|--|-------------------|-----|
| 1. | Организация студии. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.   | октябрь           | 0,5 |
| 2. | Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.   |                   | 1   |
| 3. | Упражнения на развитие навыков выразительного движения.  |                   | 1   |
| 4. | Коллективно-порядковые упражнения: «Цветные флажки», «Ловушка», «Займи домик».   |                   | 1   |
| 5. | Урок классического танца (повторение материала предыдущего года обучения).   |                   | 1   |
| 6. | Урок народно-сценического танца (повторение материала предыдущего года обучения).  |                   | 1   |
| 7. | Музыкальные игры: «Кот и мыши», «Пингвины», «Мышка в норке», «Полоскать платочки», «Карусель».   |                   | 1   |
| 8. | Танцевальные элементы и композиции:<br>- повторение элементов танца по программе предыдущего года;<br>- тихая ходьба, высокий шаг, мягкий пружинящий шаг;<br>- поскоки с ноги на ногу, легкие подскоки;<br>- переменные притопы,<br>- прыжки с выбрасыванием ноги вперед,<br>- элементы русской пляски;<br>- элементы татарской пляски.                            |                   | 1,5 |
|    |  |                   |     |
| 1. | Урок классического танца:<br>1. Экзерсис у опоры:<br>- позиции ног (1, 2, 3, 4, 5, 6);<br>- позиции рук (0, 1, 2, 3);<br>- деми плие (полуприседание) в 1, 2, 3 позициях;<br>- батман тандю (вытягивание ноги на носок);<br>- рон де жамб пар тер (круговое движение);<br>- батман жете (выбрасывание);<br>- пассае (проходное движение).<br>2. Классический этюд. | ноябрь<br>декабрь | 3   |
| 2. | Народно-сценический танец:<br>1. Экзерсис у опоры:<br>- деми плие и гран плие в 1 и 6 позициях;<br>- вытягивание ноги на носок с последовательным переходом на каблук и на носок;<br>- батман тандю каблучный (вытягивание ноги с одновременным ударом пяткой опорной ноги).<br>2. Народно-сценический этюд.   |                   | 3   |
| 3. | Татарский народный танец:<br>- основные положения рук, ног, головы, корпуса;<br>- положение в паре;<br>- основные элементы татарского танца.   |                   | 4   |

|    |  |                           |           |
|----|--|---------------------------|-----------|
| 4. | Танцевальные элементы и композиции:<br>повторение элементов танца по программе предыдущего года;<br>- шаг на носках;<br>- шаг польки;<br>- па вальса;<br>- па польки;<br>- широкий высокий бег;<br>- сильные поскоки;<br>- боковой галоп;<br>- элементы русской народной пляски;<br>- элементы татарской народной пляски;<br>- «Парная полька», русский народный танец «Кадриль», татарский танец «Гармонь». |                           | 6         |
|    |  |                           |           |
| 1. | Урок классического танца:<br>1. Экзерсис на середине.<br>2. Классический этюд.   | январь<br>февраль<br>март | 4         |
| 2. | Народно-сценический танец:<br>1. Экзерсис у опоры;<br>2. Народно-сценический этюд.   |                           | 4         |
| 3. | Урок бального танца:<br>- основные положения рук, ног, головы, корпуса;<br>- бальный поклон;<br>- балансе;<br>- «окошечко»;<br>- «дорожка»;<br>- основной шаг.   |                           | 4         |
| 4. | Татарский народный танец:<br>- основные элементы татарского танца в паре.  |                           | 4         |
| 5. | Татарский национальный костюм. Детали национальной одежды.   |                           | 1         |
| 6. | Работа по репертуарному плану:<br>- русский народный танец «Яблочко», татарский народный танец «Джигиты», «Парная полька».   |                           | 7         |
|    |  |                           |           |
| 1. | Урок классического танца:<br>1. Экзерсис у опоры:<br>- релеве в 1, 2 и 3 позициях (подъем на полупальцы обеих ног);<br>- соте в 1, 2 и 3 позициях (прыжки на двух ногах);<br>- пор де бра (упражнения для рук, головы и корпуса).<br>2. Классический этюд.   | апрель<br>май             | 3         |
| 2. | Урок народно-сценического танца:<br>- элементы татарского народного танца;<br>- элементы русского народного танца.   |                           | 4         |
| 3. | Урок бального танца:<br>- элементы танца «Фигурный вальс».   |                           | 2         |
| 4. | Комплекс упражнений на восстановление дыхания, расслабления групп мышц.  |                           | 3         |
| 5. | Работа по репертуарному плану.   |                           | 3         |
| 6. | <b>Творческий отчет</b>  |                           | <b>1</b>  |
|    | <b>Итого за год</b>  |                           | <b>64</b> |

### Подготовительная к школе группа

|    |  |                           |     |
|----|--|---------------------------|-----|
| 1. | Организация студии. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.   | октябрь                   | 0,5 |
| 2. | Характер и динамика музыки. Роль музыки в хореографии.   |                           | 1   |
| 3. | Сильная доля такта в музыке. Темпо-ритм.   |                           | 0,5 |
| 4. | Особенности национальной хореографии.  |                           | 0,5 |
| 5. | Разновидности хореографического искусства.   |                           | 0,5 |
| 6. | Передача в движении ритмического рисунка.  |                           | 1   |
| 7. | Упражнения на развитие техники танца (повторение материала предыдущего года обучения).                                   |                           | 1   |
| 8. | Музыкальные игры: «Ромашки», «Посадим дерево», «Дождь идет».   |                           | 1   |
| 9. | Работа по репертуарному плану: полька «Давайте поскочем», «Не боимся мы дождя».  |                           | 2   |
|    |  |                           |     |
| 1. | Урок классического танца (закрепление пройденного материала).  | ноябрь<br>декабрь         | 3   |
| 2. | Урок народно-сценического танца (закрепление пройденного материала).   |                           | 3   |
| 3. | Комбинации танцевальных элементов по кругу:<br>- полька;<br>- полонез;<br>- вальс.                                       |                           | 3   |
| 4. | Комбинации из элементов народных танцев:<br>- русский народный танец «Василек»;<br>- татарский народный танец «Ладошки». |                           | 3   |
| 5. | Музыкальные игры: «Жмурки», «Веревочка», «Петушок», «Зайкина избушка».   |                           | 2   |
| 6. | Работа по репертуарному плану: «Петрушки», «В гостях у Зимушки-зимы», «Полонез».   |                           | 2   |
|    |  |                           |     |
| 1. | Урок классического танца (закрепление пройденного материала).  | январь<br>февраль<br>март | 4   |
| 2. | Урок народно-сценического танца (закрепление пройденного материала).   |                           | 4   |
| 3. | Татарский народный танец:<br>- особенности хореографии;<br>- особенности костюма;<br>- особенности костюма.              |                           | 6   |
| 4. | Русский народный танец:<br>- особенности хореографии;<br>- особенности костюма.  |                           | 2   |
| 5. | Работа по репертуарному плану.   |                           | 6   |
|    |  |                           |     |
| 1. | Урок классического танца (закрепление пройденного материала).  |                           | 2   |
| 2. | Урок народно-сценического танца (закрепление пройденного материала).   | апрель<br>май             | 2   |
| 3. | Урок бального танца (закрепление пройденного материала).   |                           | 2   |
| 4. | Коллективно-порядковые упражнения (закрепление пройденного материала).   |                           | 2   |

|    |   |  |           |
|----|---|--|-----------|
| 5. | Ритмические упражнения и игры (закрепление пройденного материала).      |  | 2         |
| 6. | Комплекс упражнений на восстановление дыхания, расслабления групп мышц. |  | 2         |
| 7. | Работа по репертуарному плану. Подготовка к выпускному балу.            |  | 3         |
|    |   |  |           |
|    | <b>Творческий отчет</b>   |  | <b>1</b>  |
|    | <b>Итого за год</b>   |  | <b>64</b> |