


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ИМ. А. АЛИША» Г. КАЗАНИ

Принята на заседании
методического совета
Протокол № 4
от «27» 05 2022г.


«Утверждаю»
Директор «ГДДТ им. А. Алиша»
Е. Ю. Габитова
Приказ № «33» от «31» 05 2022г.

Одобрена на заседании
педагогического совета
Протокол № 6
от «31» 05 2022г.

**АДАптиРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Умелые руки»**

Направленность: художественная
Уровень: стартовый
Возраст обучающихся: 6-18 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:

Гереева Ольга Сергеевна,
педагог дополнительного образования

КАЗАНЬ, 2022 год

Пояснительная записка

Дошкольное детство - период бурного развития воображения, фантазии, важнейших качеств творческой личности. В возрасте 5 - 7 лет потребность детей проявлять себя в творчестве огромна. Очень важно на дошкольном этапе развития личности определить способность и талантливость детей, создать им условия для самовыражения, дать неограниченные возможности проявить себя во всех видах музыкального творчества.

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.

Работая и наблюдая за детьми в ДООУ, выяснилось, что у детей двигательные навыки не достаточно сформированы, дети замкнуты, двигательная активность слабая. Поэтому, появилась актуальная необходимость в разработке дополнительной программы, которая поможет в работе с детьми, для развития танцевально-творческих способностей.

Данная программа поможет сформировать у дошкольников навыки танцевальной техники, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

Программа разработана на основе собственной практической работы с детьми дошкольного возраста, разных по музыкальным и физическим данным, с учетом интересов ребят, их познавательной активности и творческих возможностей, опираясь на работу Опришко Марины Викторовны «Талант-восьмое чудо света»

При разработке программы были изучены и проработаны следующие авторские программы: «Ритмическая мозаика» А. И. Бурениной, «Прекрасный мир танца» О. Н. Калининой, «Учимся танцевать» Д. Холла, «Музыка, движение, ритм» Н. Л. Фомичевой, «От жеста к танцу» Е. В. Горшковой, музыкальная ритмика «Топ-хлоп» Е. Железновой, «Танцевальная мозаика» Е. Мартыненко, «Талант - восьмое чудо света» М. Опришко.

Практическая основа программы сложилась за время многолетней работы с детьми дошкольного возраста в детском саду.

Данная дополнительная программа соответствует требованиям:

- Закона РФ от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Типового положения об образовательном учреждении дополнительного образования детей;
- Конвенции о правах ребенка;
- Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях.

Цель данной программы - выявление, раскрытие и развитие специальных (художественных) способностей каждого воспитанника, развитие личности дошкольника.

Задачи:

Общие : - Создание условий для развития способностей детей.

- Развитие интеллектуального, физического, духовного, творческого потенциала воспитанников.

- Выявление и развитие особо одаренных детей.

- Организация полноценной культурно-досуговой деятельности.

- Привитие навыков здорового образа жизни.

Частные: - Формирование навыков хореографической техники, основ культуры движений

- Повышение эмоционального настроения

- Формирование нравственно-волевых качеств личности:

настойчивости в достижении результата, выдержки, выносливости, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе

- Повышение стойкого интереса и потребности к занятиям

хореографией

- Формирование красивой осанки, правильной походки

- Совершенствование чувства ритма, музыкальности

- Воспитание эстетического вкуса, любви к искусству, культуры

поведения во время занятий, культурно-досуговой и концертной деятельности.

Структура программы:

Основной формой работы являются:

Непосредственно образовательная деятельность по расписанию: старшая группа, подготовительная группа. 25 минут. 30 минут.

Для успешной реализации программы предполагается: беседы о музыке, танце различного содержания, слушание музыки танцевального характера, экскурсии, посещение концертов, просмотр видеозаписей детских праздников и концертов, рассматривание иллюстраций, фотоальбомов.

Программа рассчитана на 2 года. Программа является вариативной, комплексной, т. е. при возникновении необходимости допускается корректировка содержания, форм НОД и времени прохождения материала.

Этапы реализации:

1 этап: Начальное обучение новым музыкально-ритмическим движениям.

Закрепление материала, освоение и отработка техники выполнения новых танцевальных движений.

Цель: создание общего представления о новом движении во взаимосвязи с музыкой. Выполнение движений в соответствии со средствами музыкальной выразительности.

Первый год обучения для 4-5 лет (старшего дошкольного возраста) - в течение которого у них накапливается объем музыкально-образных впечатлений и запас танцевальных движений период совершенствования творческих способностей, постановка и разучивание танцев, а так же якутских национальных танцев, выступления детей на праздниках в детском саду.

2 этап: Эмоциональное и выразительное исполнение танцев, танцевальных миниатюр, самостоятельное создание групповых проектов. Творческая самореализация.

Цель: совершенствование и самостоятельное выполнение движений во взаимосвязи с музыкой.

Третий год обучения для детей 6-7 лет, где дети способны продемонстрировать соответствующие навыки созданию и самостоятельно исполнению танцев, используя простые движения, в том числе и относящиеся к различным народным танцевальным культурам, культурам народа Саха. Уверенное выступление детей в праздничных мероприятиях детского сада и в городских, региональных и республиканских конкурсах и фестивалей.

Методическое обеспечение:

1. Виды и формы непосредственной образовательной деятельности:

- НОД.
- Познавательные - досуговые: дидактические игры и развлечения.
- Контрольно-диагностические: беседы, дискуссии.
- Нетрадиционные формы: домашние задания.

2. Методы и приемы обучения

Принципы:

- Доступности, индивидуализации, систематичности, последовательности;

Приемы:

- Учет возрастных особенностей ребенка. Отработка двигательных навыков. Улучшение способностей детей, вызывать интерес к танцам различного содержания. Освободить его от застенчивости. Систематичность в приобретении знаний, умений, приучают детей к методичной и регулярной работе.

Принципы:

- Постепенного повышения требований;

Приемы:

- Выполнение более трудных новых заданий, увеличение объема и интенсивности нагрузок. От простого к сложному по темам.

Принципы:

- Сознательности и активности;

Приемы:

- Обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение детей к своим действиям.

Принципы:

- Эмоциональной увлеченности и заинтересованности.

Приемы:

- Взаимодействие ребенка с той средой, в которой он живет.

I - Методы: II - Приемы:

- 1.1** - Иллюстративной наглядности, словесный, показ;

11.1 - Разучивание нового движения с точным показом. Танцевальная культура в сопровождении репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами. Словесное пояснение движений и музыки.

- 1.2** - Музыкальное сопровождение как методический прием

11.2 - Рассчитан на умение согласовать движения с музыкой.

- 1.3** - Импровизированный метод.

11.3 - Возможность импровизации путем свободного непринужденного движения, как подсказывает музыка.

- 1.4** - Игровой метод

11.4 - Подбор игры, отвечающей задачам и содержанию НОД.

- 1.5** - Концентрический

11.5 - Возвращение к усвоенному материалу с новыми усложненными элементами.

3. Дидактический материал

Технические средства, музыкальный центр с набором CD дисков. Фонотека с записями современной, классической музыки, видеозаписи, музыкальные шумовые инструменты, атрибуты, демонстрационные материалы.

Работа с родителями предполагает:

- проведение родительских собраний;
- консультации, беседы, рекомендации;
- анкетирование;
- информационные стенды;

- показ сказок с использованием танцев, танцевальных миниатюр и музыкальных композиций;
- совместные праздники и развлечения;
- дни открытых дверей.

Предварительные результаты

Старшая группа

1. Коллективно-порядковые навыки и умения:

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;
- приветствовать учителя;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»;
- 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, их круга.

2. Музыкально-ритмические навыки и умения:

- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;

3. Навыки и умения выразительного движения:

- творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, импровизациях, играх;
- двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами;
- бегать на полупальцах;

- внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выразить 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, хлопушки;
- ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга в рассыпную и обратно, подскоки;
- выполнять несложные танцевальные элементы якутского, эстрадного- игрового и народного танца.
- выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, платками, цветами);
- инсценировать хороводы;
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон - приветствие»).

Подготовительная 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 в рассыпную.

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 в музыке.

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, с светами и другими предметами под музыку;
- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- самостоятельно менять движения в соответствии с трехчастной формой музыкального произведения и музыкальными фразами;
- 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 инсценировании песен;
- самостоятельно инсценировать содержание песен, хороводов, действовать, не подражая друг другу;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- свободно и четко выполнять элементы русской пляски, народного, бального, эстрадного танца, а так же якутского танца.

Примерный план занятия

	Содержание урока	Количество минут
Вводная часть	Заход детей в зал (марш), после поклона дети образуют круг или шахматный порядок, исполняют простые общеразвивающие и ритмические упражнения, приучающие их внимательно слушать музыку и ритмично двигаться.	3 минут
Основная часть	Азбука танца. Подготовительные танцевальные танцевальные элементы по теме, игры с разными жанрами.	7 минут
Последняя часть	Последняя часть занятия, отводится к	15(сред. гр) 20

	постановку этюдов и танцев.	(подг. гр) минут
Итого:		25-30 минут

Список использованной литературы

1. Кульпевич С. В., Иванченко В.Н., Педагогика новой времени «Дополнительное образование детей дошкольного возраста» Методическая служба. Издательство «Учитель» - 2005;
2. Конорова Ф.В. Хореографическая работа с дошкольниками - Л., Просвещение, 1999;
3. Конорова Ф.В. Хореографическая работа с дошкольниками - Л., 1994;
4. Ткаченко Т.С., Детский танец - М., 1990;
5. А. Г. Лукина. Танцы саха. Якутск «Бичик» - 1995;
6. М. Н. Румнцева. Уцкуулээ о5о саас. Дьокуускай - 1997;
7. Леонид Брон и Татьяна Анисимова. Самоучитель восточных танцев. Танец живота. Ростов на Дону «Феникс» 2005;

Перспективный план старшей группы

72 часа (2 ч в неделю)

№	Тема занятия	Содержание занятия	Кол.часов
М/с	Ноябрь		4
1	Давайте познакомимся!	Знакомство с детьми. Что такое танец? Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии,	1

		позиции ног : 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	
2	Азбука танца	Постановка корпуса, рук. ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног : 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	1
3	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.	разновидности танцевальной ходьбы и бега, поскоки с ноги на ногу.	1
4	Упражнение с предметами «Цветные флажки».	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук Танцевальный шаг с носка, переменный шаг, шаг на носок одновременно с различными положениями рук.	1
М/с	Декабрь		8
1	Коллективно - порядковые упражнения «Часики»	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танцевальные шаги с носка. Приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, в круг.	1
2	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.	Упражнения для пластики рук. Пскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.	1
3	Танцевальные элементы и композиции с музыкальными инструментами: «Бубен на двоих», «Колокольчики, динь, динь».	Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре. Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота».	1
4	Постановка танца- этюда: «Собираем цветы»	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движение.	1
5	Знакомство с новогодними танцем «Гномики».	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.	1
6	Положение в паре	Разучивание основных элементов	1

		эстрадного танца в паре.	
7	Ориентирование в пространстве «Рисунок танца»	Построение круга из шеренги. «Круг», шахматный порядок, «птичка», «колонна». Построение круга из шеренги.	1
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту.	1
М/с	Январь		8
1	Коллективно - порядковые упражнения: «В круг»	Разминка в круг. Упражнения для пластики рук, поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Движения рук, ног, головы.	1
2	Танцевальные образные движения: «Чайки», «Моржи», «Пингвины».	Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой. Импровизация ходьбы пингвина с различным положением рук. Импровизация пляски моржа.	1
3	Музыкальные ролевые игры: «Птицы»		1
4	Изучения северного танца «Северное сияние».	Знакомство с танцем: основные положение рук, ног, головы, корпуса северного танца.	1
5	Основные движения танца с предметами: «Разноцветные платочки», «Бубен на двоих».	Положение в паре; «ковырялочка», притопы, горловое пение. Изучение основных прыжков, танцевальных шагов. Движение рук с продвижением из «круга» в «птичку», из «колонны» в шахматный порядок и из линии в «круг».	1
6	Рисунок танца (игровой форме)	Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.	1
7	Постановка танца	Перевязка танцевальных движений с рисунком танца.	1
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту. Работа	1

		над техникой исполнения танца..	
М/с	Февраль		8
1	Коллективно - порядковые упражнения: «Узоры».	Поклон, «сугуруйуу», поднимание на носок и при этом одновременно вытягиваем руки наверх, вперед, в сторону, вниз, под мышку, над головой. Поднимание ноги наверх «Сэбургэстээн хаамы»	1
2	Танцевальные игровые движения на якутском стиле: «Сайылыкка»	Основные элементы танцевального движения. Основные шаги и прыжки якутского танца. Положение рук, ног, головы и корпуса. «Атах тэпси», «Кулун куллурууу», «Кылыыцкай»- прыжки, «Собирание ягод»- кто быстрее собирает ягоды.	1
3	Импровизация с воображаемым предметом.	«Харах симсии», «О5ус харсыыыта», «Доение коров», «Собирания ягод».	1
4	Якутский - шуточный танец «О5о саас»	Подскоки с ноги на ногу, «дьиэрэцкэй», «эцэйэн кэруу», «кэтуу», «дэгэрэц хаамы».	1
5	Прыжки и переплясы якутского танца.	Изучение рисунка танца с движениями. Синхронизировать движений.	1
6	Упражнения для ориентирования в пространстве с предметами: «Аптаах тууйаспыт», «Ленты вверх, ленты вниз»	Виды построений и перестроений: ходьба по разметкам, построение в шеренгу и колонну по 1, построение в цепочку, круг.	1
7	Постановка танца «О5о саас»	Работа над техникой исполнения танца Повторение пройденных танцев.	1
8	«Танцуем все!»	Разминка в круг. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.	1
М/с	Март		8
1	Коллективно - порядковые образные упражнения:	Импровизация детей. Разучивание ритмических движений подражая	1

	зверята	различных зверей: зайчики, медвежата, котята, орлята.	
2	Элементы русской пляски с предметами: «Красивые платочки», «Волшебные погремушки»	Основные положение рук, ног, головы, корпуса. «Елочка», « гармошка», присядки, выпады, «ковырялочки», выстукивание, хлопки.	1
3	Музыкальные игры: «Кукла и мишка», «Коршун и цыплята».	Образные игры. Шаг польки. Ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга в рассыпную и обратно, подскоки	1
4	Русский шуточный танец «Веселая хохлома»	Положение в паре, поворот, марш, притопы. Основные элементы (основной ход, движение рук) Постановка танца. Основные движения для мальчиков: «присядки», «хлопки», «притопы». Основные элементы танца: «веревочка», «молоточек», «Припадание»	1
5	Изучение основных танцевальных элементов русского танца.	Разучивание выученных движений с рисунком танца.	1
6	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Перестроение из круга в колонну и обратно. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Работа над техникой исполнения.	1
7	Партерная гимнастика на полу.	«Тик-так», «мячик», «змейка».	1
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту	1
М/с	Апрель		8
1	Коллективно-порядковые упражнения: «Часики», «Мячики». Упражнения с предметами.	Разминка с мячами. Разнообразное упражнение с мячами. Наклоны вперед, назад и в сторону.	1
2	Танцевальные элементы бального танца:	«Змейка», «чек», «рука в руке», галоп,	1

		па балансе, па шаги, па польки.	
3	Музыкальные игры: «Займи домик»	Образные игры. Перестроение из круга в «птичку» и обратно.	1
4	Бальный танец. Поклоны и история танца.	Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой. Основные положение рук, ног, головы, корпуса. Происхождение танца.	1
5	Основные элементы бального танца с музыкальными предметами.	Положение в паре, поворот. Чек, рука в руке, волчок, повороты в паре. Волшебный бубен, погремушки. Основной шаг, движение рук.	1
6	Упражнения на ориентирования в пространстве	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. Работа над техникой исполнения	1
7	Постановка этюда. Ча-ча-ча	Синхронизировать танцевальных движений с рисунком танца.	1
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту. Повторение пройденных танцев.	1
М/с	Май		8
1	Коллективно-порядковые упражнения: «Чайник», «Машинки»	Повороты в стороны, наклоны в сторону, вперед и назад. Подъем и опускание рук, плеч, поднимание и опускание руки вместе.	1
2	Танцевальные элементы: «Полоскать платочки», «Хозяюшки»	Шаг с ударом, кружение. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой, прямой галоп, пружинка, подскоки,	1
3	Музыкальные игры: «Ловушка»	Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ.	1
4	Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнение на укрепление мышц спины, ног, рук, корпуса с мячами.	1

5	Партерная гимнастика на полу.	«Лягушка», «Свечи», «качели», «пароход», «велосипед	1
6	Повторение пройденных тем	Закрепление и повторение пройденных тем	1
7	«Танцевальная шкатулка»	Подготовка к отчетному концерту.	1
8	Концерт танцевального кружка: «До встречи!»	Отчетный концерт. Выступление.	1

Тематический план старшей группы

72 часа (2 ч в неделю)

Занятия подготовительной группы 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.

Продолжительность занятия 30 минут.

№	Тема занятия	Содержание занятия	Кол.часов
М/с	Ноябрь		4
1	Давайте познакомимся!	Знакомство с детьми. Что такое танец? Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса, рук. ног и головы. Положение рук на талии.	1
2	Азбука танца	Положение рук на талии, позиции ног и рук: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	1
3	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.	Разновидности танцевальной ходьбы и бега, поскоки с ноги на ногу.	1
4	Упражнение с предметами	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук	1

		Танцевальный шаг с носка, переменный шаг, шаг на носок одновременно с различными положениями рук.	
М/с	Декабрь		8
1	Азбука танца	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танцевальные шаги с носка. Приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, в круг.	1
2	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.	Упражнения для пластики рук. Пскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.	1
3	Танцевальные элементы и композиции.	Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре. Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота».	1
4	Постановка танца- этюда: «Олени».	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движение.	1
5	Знакомство с новогодними танцами: «Льдинки», «Подснежники», «Цветочная поляна».	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.	1
6	Упражнение для развития чувства ритма « Бубен на двоих», «Чудесные ложки».	Притопы по одному удару ногой, по 2, 3, 4. Хлопки руками и вместе с предметами.	1
7	Упражнение на ориентирование в пространстве «Рисунок танца»	Построение круга из шеренги и обратно. «Круг», шахматный порядок, «птичка», «колонна» и обратно.	1
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту.	1
М/с	Январь		8
1	Коллективно - порядковые упражнения: «Зеркало».	Разминка в круг. Упражнения для пластики рук. Партнеры стоят напротив друг друга и выполняют упражнения.	1

		Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Движения рук, ног, головы.	
2	Танцевальные движения с воображаемым предметом: «Мячики», «Достаем яблоки»,	Прыжки на ногах, на одной ноге. Пружинка-легкое с приседанием, приставной шаг с выставлением ноги вперед, кружение по парам и шаг цепочкой. Импровизация: «Мы мячи» с различным положением рук, «Чайник»	1
3	Музыкальные ролевые игры: «Пойдем в гости»	Дети подражают разных птиц и зверей.	1
4	Изучения северного сюжетного танца «Радость тундры».	Знакомство с танцем: основные положение рук, ног, головы, корпуса северного танца.	1
5	Основные движения	Положение в паре; «ковырялочка», притопы, горловое пение. Изучение основных прыжков и танцевальных шагов. Танцевальные движения с продвижением из «круга» в «птичку», из «колонны» в шахматный порядок и из линии в «круг».	1
6	Упражнения на расслабления мышц.	Прыжки вокруг себя, с продвижением вперед, назад. Прыжки с переменной ног. Подскоки.	1
7	Постановка танца «Радость тундры»	Перевязка танцевальных движений с рисунком танца.	1
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту. Работа над техникой исполнения танца..	1
М/с	Февраль		8
1	Коллективно - порядковые упражнения: «Узоры».	Поклоны якутского танца. Поднимание ноги на носок, одновременно вытягиваем руки вверх, вперед, в сторону, вниз, под мышку и над головой в умеренном и быстром темпе. «Атах тэпси», «Кулун куллурьюу», «Кылыыцкай»	1
2	Постановка эстрадного танца: «Стиляги»	Основные элементы танца	1

3	Пространственные упражнения.	Бодрый шаг, обыкновенный шаг, спокойный, пружинящий, мягкий шаг. Прыжки: подпрыгивания на двух ногах с продвижением по кругу.	1
4	Якутский танец «Кыталыктар кырдаллара»	Подскоки с ноги на ногу, «дьиэрэцкэй», «кэтуу», движения для рук.	1
5	Прыжки и шаги якутского танца «Стерхи».	Изучение рисунка танца с движениями. Синхронизировать движений.	1
6	Упражнения для развития чувства ритма с предметами: «Флажки»	Упражнения для мышц рук, туловища, шеи.	1
7	Постановка танца «Стерхи»	Работа над техникой исполнения танца Повторение пройденных танцев.	1
8	«Танцуем все!»	Стиляги	1
М/с	Март		8
1	Упражнение с музыкальными инструментами	Погремушка, барабан, бубен, колокольчик.	1
2	Элементы русского хоровода.	Основные положение рук, ног, головы, корпуса. Выпады, выстукивание, хлопки.	1
3	Музыкальные игры:	«Зайди в домик»	1
4	Украинская полька «Гопак»	Положение в паре, поворот, марш, притопы. Основные элементы (основной ход, движение рук) Постановка танца. Основные движения для мальчиков: «присядки», «хлопки», «притопы». Основные элементы танца: «веревочка», «молоточек», «припадание»	1
5	Изучение элементов русского танца.	Разучивание выученных движений с рисунком танца.	1
6	Рисунок танца.	Перестроение из круга в колонну и обратно. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Работа над техникой	1

		исполнения	
7	Постановка украинского танца.	Подготовка танца к концерту	1
8	«Танцуем все!»	Закрепление готовых танцев	1
М/с	Апрель		8
1	Коллективно-порядковые упражнения: «Часики», «Мячики»	Разминка с мячами. Упражнение с мячами.	1
2	Танцевальные элементы:	«Змейка», «чак-чак», «чек», «рука в руке», галоп, па балансе, па шаги, па польки.	1
3	Музыкальные игры: «Займи домик»	Образные игры. Перестроение из круга в «птичку» и обратно.	1
4	Азбука танца.	Положение рук в паре, перегибы корпуса вперед и в сторону	1
5	Основные элементы бального танца «Самбо»	Положение в паре, поворот. Чек, рука в руке, волчок, повороты в паре. Основной шаг, движение рук.	1
6	Упражнения на ориентирования в пространстве с предметами.	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. Работа над техникой исполнения. Мяч, обруч.	1
7	Постановка этюда «Самба»	Синхронизировать танцевальных движений с рисунком танца.	1
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту. Повторение пройденных танцев.	1
М/с	Май		8
1	Коллективно-порядковые упражнения:	Повороты в стороны, наклоны в сторону, вперед и назад. Подъем и опускание рук, плеч, поднимание и опускание руки вместе.	1
2	Танцевальные элементы с предметами:	Шаг с ударом, кружение. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание,	1

	« Платочки», «Хозяюшки»	приставной шаг, кружение и шаг цепочкой, прямой галоп, пружинка, подскоки,	
3	Музыкальные игры: «Ловушка»	Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ.	1
4	Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнение на укрепление мышц спины, ног, рук, корпуса с мячами, с лентами.	1
5	Партерная гимнастика на полу.	«Лягушка», «Свечи», «качели», «пароход», «велосипед». «Тик-так», «мячик», «змейка».	1
6	Повторение пройденных тем	Закрепление и повторение пройденных тем	1
7	«Танцевальная шкатулка»	Подготовка к отчетному концерту.	1
8	Концерт танцевального кружка: «До встречи!»	Отчетный концерт. Выступление.	1