

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №221»комбинированного вида

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом:
протокол № 1 от 26.08.2021 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №221»
Л.Е.Потапова
приказ №76-осн. от 26.08.2021 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
«ОБУЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИИ «РИТМЫ ТАНЦА»

Направленность: художественная
Срок реализации: 9 месяцев
Возраст обучающихся: 4-7 лет
Автор – составитель: Чаплыгина Юлия Анатольевна,
педагог балльной хореографии

Барнаул 2021.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты.....	8
1.3. Содержание программы	10
2. Комплекс организационно педагогических условий.....	54
2.1. Календарный учебный график	54
2.2. Условия реализации программы.....	54
2.3. Формы аттестации.....	55
2.4. Оценочные материалы.....	55
2.5. Методические материалы	55
2.6. Список литературы.....	56

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Приказ Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 № 535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ».
- Устав МБДОУ

Актуальность:

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, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

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

Программа «Ритмы танца» вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики, близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

Обучение включает в себя следующие основные предметы:

Программа «Ритмы танца» включает в себя следующие разделы:

- Ритмическая пластика (строевые, основные, общеразвивающие, имитационные движения)

- Хореографические упражнения
- Игропластика
- Элементы детских танцев
- Массовые танцы
- Репетиционная работа над репертуаром
- Игры

Раздел ритмическая пластика является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой (строевые, основные, общеразвивающие, иммитационные движения), хореографические упражнения необходимы для овладения школы движений, формирования правильной осанки. Также одним из разделов программы является игропластика, которая придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. Элементы детских танцев, которые являются следующим разделом программы, способствуют формированию правильной осанки, красивой походки; развитию ритмичности, выносливости, эстетических чувств. Постановка массовых номеров является итогом музыкально - ритмической деятельности по моей программе. Репетиционная работа над репертуаром направлена на грамотное выполнение танцевальных элементов, перестроений, отработку танцевальных номеров. Для повышения эффективности физического воспитания детей в программу включены игры. В игре развивается сообразительность, находчивость, инициатива, вырабатываются организационные навыки, развивается выдержка, умение взвешивать обстоятельства. Основное внимание будет уделяться танцевальным занятиям, ведь многие не умеют красиво двигаться под музыку. Это часто является причиной многих комплексов у ребенка. Занятия по хореографии помогут устранить эти комплексы. Одна из особенностей программы «Ритмы танца» - нацеленность на полное раскрытие содержания данной дисциплины, что позволяет обеспечить не только развитие в детях способности и умения двигаться под музыку, овладеть навыками хореографии, но и пробудить в них чувство прекрасного, развить творческие и физические способности. Вторая особенность - изложение материала с учетом характерных для данного (4-7 лет) периода анатомо - физиологических и психологических особенностей детей. Программа по хореографии в дошкольных учреждениях является новой ступенькой в физическом и эстетическом воспитании детей. Данная программа является музыкально - ритмическим психотренингом для детей и педагогов, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом. Программа имеет художественную направленность. В ходе ее освоения дети приобщаются к богатству танцевального и музыкального искусства, познают культуру своей и других стран,

приобретают практические навыки хореографической культуры, развивают творческие умения.

Вид программы:

Программа дополнительного образования по хореографии «Ритмы танца» разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. В основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной в контексте ФГОС ДО, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. Программа по хореографии предназначена для детей в возрастном диапазоне от 4 до 7 лет. Занятия по хореографии проводятся с сентября по май, рассчитана на 68 часов в год (1 час равен 1 учебному часу в соответствии с возрастом ребенка) для каждой возрастной категории. Основная форма работы с детьми – занятия, длительностью от 20 до 30 минут (в зависимости от возраста), которые проводятся два раза в неделю с оптимальным количеством детей 25-30 человек.

Направленность программы: художественная

Адресат программы: дети 4-7 лет

Возрастные и индивидуальные особенности детей 4-5 лет

Стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже меньше нуждается в опеке взрослых. Обратная сторона самостоятельности – заявление о своих правах, потребностях, попытки установить свои правила в своем близком окружении. Ребенок начинает понимать чувства других людей и сопереживать. Начинают формироваться основные этические понятия, которые ребенок воспринимает не через то, что ему говорят взрослые, а исходя из того, как они поступают. Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий, мечтаний, где он получает возможность стать главным героем, добиться недостающего признания и т.п. Ребенок чувствует себя недостаточно защищенным перед большим миром. Но безудержность фантазий может порождать самые разнообразные страхи. Интерес к ровесникам. От внутри семейных отношений ребенок переходит к более широким отношениям со сверстниками. Совместные игры становятся сложнее с сюжетно – ролевым наполнением. Все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников.

Активная любознательность заставляет детей задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить и обсуждать различные вопросы. Их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре.

На 4 - 5 году формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети учатся 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 4 - 5 году жизни дети чувствуют смену контрастных частей музыки. Могут выполнить и усвоить небольшие музыкальные задания. Но они еще плохо ориентируются в пространстве, поэтому педагог учит двигаться в соответствии с ярко – контрастным характером музыки, в различном темпе реагировать на начало и окончание звучания музыки, исполнять простейшие движения, передавать несложные имитационные движения игровых образов (птички летают, лошади скачут, зайчики прыгают и т.д.)

На 4 - 5 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.

На 4 -5 году жизни у детей уже есть опыт слушания, они могут узнавать знакомые мелодии, определять характер музыки и некоторые средства музыкальной выразительности (динамика –громко, тихо; темп – быстрый, медленный). Движения становятся более ритмичными, четкими, согласованными с началом и окончанием звучания музыки. Дети выполняют более разнообразные движения (боковой галоп, движения парами, притоп одной ногой, выставление ноги на пятку и т.д.) и могут двигаться в соответствии с менее контрастным характером музыки.

Возрастные и индивидуальные особенности детей 5-6 лет

Постепенно социализируется, то есть адаптируется к социальной среде. Способен сосредотачиваться не только на деятельности, которая его увлекает, но и на той, которая дается с некоторым волевым усилием. К его игровым интересам, в которые входят уже игры по правилам, добавляется познавательный интерес. Но произвольность все еще продолжает формироваться, и поэтому ребенку не всегда легко быть усердным и долго заниматься скучным делом. Он еще легко отвлекается от своих намерений, переключаясь на что-то неожиданное, новое, привлекательное. В этом возрасте ребенок достигает больших успехов в развитии движений – из области хореографии. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар.

На 5–6 году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Проявляются элементы творчества во всех видах деятельности, осмысленнее воспринимает музыку. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает

способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца.

Дети 5–6 лет способны осмыслить указания педагога и, опираясь на имеющийся опыт, без показа выполнить некоторые музыкально–ритмические задания.

Возрастные и индивидуальные особенности детей 6-7 лет

Но полная психологическая готовность ребенка к школе определяется не только его мотивационной готовностью, но и интеллектуальной зрелостью, а также сформированной произвольностью, то есть способностью сосредотачиваться на 30—35 минут, выполняя какую-либо череду задач. Чаще всего такая готовность формируется именно к семи годам. Очень ориентирован на внешнюю оценку. Поскольку ему пока трудно составить мнение о себе самом, он создает свой собственный образ из тех оценок, которые слышит в свой адрес.

На 7-м году жизни у детей совершенствуются навыки выполнения разнообразных видов движений: появляется координация в движениях рук и ног, более ритмичными становятся ходьба, бег, прыжки, различные виды сложных циклических движений. Дети способны запоминать достаточно большой объем различных движений и перестроений, что способствует расширению исполняемого репертуара. Различия в характере исполнения движений и музыкальных предпочтений у девочек и мальчиков становятся более отчетливыми.

Срок и объем освоения программы:

3 года, 68 часов в год, из них: (1 час равен 1 учебному часу в соответствии с возрастом ребенка) для каждой возрастной категории.

- Средняя группа - 1 год, 68 часов;
- Старшая группа -1 год, 68 часов;
- Подготовительная группа - 1 год, 68 часов

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательной деятельности:

группы одновозрастные

Режим занятий:

Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
2 часа в неделю; 68_ часов в год	2 часа в неделю; 68_ часов в год	2 часа в неделю; 68_ часов в год

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель: развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности

Задачи:

Образовательные:

- научить детей владеть своим телом; обучить культуре движения, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

Развивающие:

- формировать творческую активность и развитие интереса к танцевальному искусству.
- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти.
- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении.
- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике;
- тренировка подвижности нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Воспитательные:

- воспитание выносливости, развитие силы;
- воспитывать у детей интерес к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- воспитывать умение работать в паре, коллективе;
- воспитывать эстетически-нравственное восприятие детей и любовь к прекрасному;
- прививать трудолюбие, самостоятельность, аккуратность, целеустремленность в достижении поставленной цели.
- воспитание умения сопереживать другим людям и животным

Ожидаемые результаты:

	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Знать	- знать основные танцевальные позиции	- знать основы хореографических	- знать основы хореографических

	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
	рук и ног; -знать танцевальные элементы и композиции этого года обучения;	упражнений этого года обучения; - знать танцевальные элементы и композиции этого года обучения;	упражнений этого года обучения; - знать танцевальные элементы и композиции этого года обучения;
Уметь	- уметь ориентироваться в зале, строиться в шеренгу; - уметь выполнять простейшие построения и перестроения; -уметь в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, фигуры и т.д.)	- уметь передавать характер музыкального произведения в движении; - уметь владеть корпусом во время исполнения движений; - уметь координировать свои движения; - уметь корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога; - уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;	- уметь хорошо ориентироваться в зале; -уметь владеть корпусом во время исполнения движений; - уметь координировать свои движения; -уметь корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога; -уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
Выполнять	- выполнять ритмические танцы и комплексы	- выполнять основные хореографические	-выполнять специальные

	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
	упражнений под музыку	упражнения по программе этого года обучения; -исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку; -самостоятельно выполнять изученные танцевальные элементы	упражнения для согласования движений с музыкой; -выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений

**1.3. Содержание программы
Средняя группа (1 год обучения)
Учебный план**

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов		Формы аттестации и контроля
		Всего	Практика	
1.	Ритмическая пластика: строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие упражнения, иммитационные движения	11 часов	11 часов	Педагогическая диагностика
2.	Игропластика	10 часов	10 часов	Педагогическая диагностика
3.	Хореографические упражнения	9 часов	9 часов	Педагогическая диагностика
4.	Элементы детских танцев	12 часов	12 часов	Педагогическая диагностика
5.	Массовые ритмические	11 часов	11 часов	Педагогическая

	танцы			диагностика Выступление детей
6.	Репетиционная работа над репертуаром	8 часов	8 часов	
7.	Игровой комплекс	7 часов	7 часов	
8.	Всего часов	68 часов	68 часов	

Содержание учебного плана

- **Раздел ритмическая пластика:**

Строевые:

построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг; бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом.

Основные :

ходьба на носках и с высоким подниманием бедра; сочетание основных движений прямыми согнутыми руками; стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями; основные движения головой; сочетание упоров с движениями ногами.

Общеразвивающие упражнения:

на различные группы мышц (махи, пружинность), упражнения на пластичность; упражнения на расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки: потряхивание кистями и предплечьями; раскачивание руками из различных исходных положений; контрастное движение руками на напряжение и расслабление; расслабление рук в положении лежа на спине; посегментное свободное расслабление рук в положении лежа на спине; лежа на спине при напряжении мышц - выдох, при расслаблении мышц - вдох; упражнение на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей.

Имитационные движения:

разнообразные образно-игровые движения: («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «в воде», «в воздухе», «грусть», «радость», «усталая старушка», «бравый солдат», настроение «обида», уметь передать динамику настроения

- **Раздел игропластика:**

игропластика: специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях: «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «бабочка», «рыбка», «кораблик», «плавание», «кораллы», «кошечка», «часики-ходики», «журавль», «улитка».

- **Раздел хореографические упражнения:**

Хореографические упражнения:

- танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья; выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево, переступая на носках, держась за опору; полуприседы, стоя боком к опоре.

• **Раздел элементы детских танцев:**

Танцевальные шаги:

- мягкий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги; прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360; поворот на 360 на шагах.

Элементы плясок и танцев:

- притопы, боковой галоп, галоп вперед «лошадками», элементы русской пляски, прыжки.

• **Раздел массовые танцы:**

Рекомендуемый репертуар танцев:

«Лошадки», «Зайчики», «Колобок», «Лягушата», «Енот», «Божья коровка», «Поросята», «Хомяки», «Воробьиная дискотека», «Мишка Гуммир-бер», «Одуванчик», «Кузнечик», «Утята», «Белочка», «Чебурашка»

• **Раздел репетиционная работа над репертуаром**

Работа над техникой, манерой и выразительностью исполнений танцевальных элементов, номеров, перестроений. Работа над выразительностью эмоций.

• **Раздел игры:**

Подвижные игры:

«найди свое место», «нитка-иголка», «цапля и лягушки», «автомобили», «воробышки», «карлики и великаны», «ай да я», «творческая импровизация», «совушка», «птицы без гнезда», «у жирафа пятен нет», «как-кап»

Формы работы:

Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (групповые)

Программа также включает разные виды занятий:

- учебное занятие;
- занятие – игра;
- открытое занятие;

Формы проведения занятий:

- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников, имеющих общее задание

Количественный состав группы: 25-30 человек.

Продолжительность одного занятия для дошкольников: не более 20 мин.

Занятия проходят 2 раза в неделю.

Перспективное планирование 4-5 лет (средняя группа)

Период прохождения материала	Программное содержание	Количество часов

сентябрь- октябрь- ноябрь	<p>1. ритмическая пластика: - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках; бег – легкий, ритмичный; прыжковые движения: на двух ногах на месте, с продвижением вперед</p> <p>- строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде</p> <p>- общеразвивающие движения: на различные группы мышц (махи, пружинность), упражнения на пластичность;</p> <p>- имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка» и т.д.)</p>	3 часа
	<p>2. игропластика; «лягушка», «бабочка», «кораблик»;</p>	3 часа
	<p>3. хореографические упражнения: танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья</p>	3 часа
	<p>4. элементы детских танцев: «лошадки», «зайчики»</p>	4 часа
	<p>5. массовые танцы: «белые кораблики», «красная шапочка»</p>	5 часов
	<p>6. репетиционная работа над репертуаром: работа над стилем, манерой и выразительностью исполнения.</p>	3 часа
	<p>7. игровой комплекс: «цапля и лягушки», «кто я», «животные»</p>	2 часа
<p>Задачи: Легко, свободно скакать на обеих ногах в</p>		

	<p>подвижном темпе, точно передавать ритм музыки.</p> <p>Выполнять движения в соответствии с ритмом музыки.</p> <p>Ходить четко, ритмично.</p> <p>Легко и свободно бегать.</p> <p>Самостоятельно перестраиваться в круг.</p>	
декабрь-январь	<p>1. ритмическая пластика:</p> <p>- основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад</p> <p>- строевые движения: перестроение в круг; бег по кругу;</p> <p>- общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости (волнообразные движения)</p> <p>- имитационные движения: «в воде», «в воздухе», «грусть», «радость</p> <p>2. игропластика: «рыбка», «кораллы», «велосипед»;</p> <p>3. хореографические упражнения: выставление ноги в сторону на носок, поворот направо, налево</p> <p>4. элементы детских танцев: «гномики», «валенки»</p> <p>5. массовые танцы: «кот леопольд», «маленький танец»</p> <p>6. репетиционная работа над репертуаром: работа над техникой, манерой исполнения</p> <p>7. игровой комплекс: «медведь и дети», «птицы в гнезда»</p> <p>Задачи: Становиться в пары и друг за другом. Развитие умения выразить в движении музыкальные образы и настроение музыки. Развитие восприятия, внимания, воли.</p>	<p>3 часа</p> <p>3 часа</p> <p>2 часа</p> <p>4 часа</p> <p>3 часа</p> <p>2 часа</p> <p>2 часа</p>

	<p>Упражняться в исполнении изученных элементов.</p> <p>Развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.</p>	
апрель-май	<p>1.ритмическая пластика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные движения: острый бег (бежим по горячему песку), ходьба с высоким подниманием колена в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках, прыжковые движения с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки. - строевые упражнения: передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: упражнения на выносливость, на координацию. - имитационные движения: уметь передать динамику настроения <p>2.игропластика: «кобра», «укрепи животик», «укрепи спинку»</p> <p>3.хореографические упражнения: выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево</p> <p>4.элементы детских танцев: «зайцы», «уточки», «мышки»</p> <p>5.массовые танцы: «шалунишки», «занимайся спортом», «калинка-малинка»</p> <p>6.репетиционная работа с репертуаром: работа над техникой, манерой и выразительностью исполнения</p> <p>7.игровой комплекс: «день и ночь», «комар и мушки», «кто ты»</p>	<p>2 часа</p> <p>2 часа</p> <p>2 часа</p> <p>2 часа</p> <p>2 часа</p> <p>1 час</p> <p>1 час</p>

	<p>Задачи: Четко, ритмично шагать под музыку маршевого характера, чувствовать метрическую пульсацию, соблюдать правильную осанку. Ритмично притопывать одной ногой на сильную долю такта. Быстро, легко двигаться под музыку веселого, подвижного характера. Самостоятельно менять направление движений. Менять движения в соответствии с музыкальными фразами. Развитие воображения, фантазии.</p>	
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Целевые ориентиры:

1. Уметь двигаться в соответствии с характером музыки.
2. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.
3. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.
4. Переходить от одного движения к другому.
5. Самостоятельно ориентироваться в пространстве.
6. Передавать хлопками динамический и ритмический рисунок музыки.
7. Уметь изменять движения с изменением характера музыки.
8. Уметь создавать музыкально –двигательный образ.
9. Исполнять плясовые движения, действовать с воображаемыми предметами.
- 10.Выполнять движения с предметами.
- 11.Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.
- 12.Уметь выполнять роль ведущего по замыслу.
- 13.Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.
- 14.Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.
- 15.Уметь импровизировать под любое музыкальное сопровождение.

Содержание занятий:

Месяц	№ занятия	Тема	Цель	Задачи	Содержание	Методы и приемы
С Е Н Т Я Б Р Ь О К Т Я Б Р Ь	Занятие № 1	Введение	Ознакомление с хореографическим искусством	Заинтересовать детей занятиями, расположить к себе	Вводное занятие: Знакомство с детьми. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности, разучивание общего поклона, разминка «лягушка», «веселый», «трусливый» зайчик; элементы танца «лошадки»; игра «животные»	Словесные, игровые, подвижные
	Занятие № 2-3	танец «Лошадки»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать образное мышление	Разминка, «хитрая лиса», «бабочка», элементы танца «лошадки»; игра «кто я»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
	Занятие № 4-5	танец «Лошадки»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Развивать двигательные навыки	Разминка, «хитрая лиса», «бабочка», элементы танца «лошадки»; игра «кто я»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
	Занятие № 6-7	танец «Зайчики»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Развивать двигательные навыки	Разминка, «рыбка», «кораблик», элементы танца «зайчики»; игра «цапля и лягушки»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
	Занятие № 8	танец «Зайчики»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Развивать двигательные навыки	Разминка, «рыбка», «кораблик», элементы танца «зайчики»; игра «цапля и лягушки»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
О К Т Я Б Р Ь	Занятие № 9	танец «Белые кораблики»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать творческое воображение и фантазию	Разминка, построение в шеренги и в колонну; позиции ног; «злой волк», «медведь косолап.», элементы танца «белые кораблики», игра «кто я»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
	Занятие	танец «Белые	Музыкально-	Развивать	Разминка,	Практические-

Н О Я Б Р Ь	№ 10-11	кораблики»	ритмическое развитие детей	творческое воображение и фантазию	построение в шеренги и в колонну; позиции ног; «злой волк», «медведь косолап.», элементы танца «белые кораблики», игра «кто я»	показ правильного выполнения движений; словесный, объяснение
	Занятие № 12-13	танец «Белые кораблики»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать творческое воображение и фантазию	Разминка, построение в шеренги и в колонну; позиции ног; «злой волк», «медведь косолап.», элементы танца «белые кораблики», игра «кто я»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный, объяснение
	Занятие № 14-15	Игропластика	Формировать у детей танцевальные движения	Развивать гибкость и пластичность	Разминка, упражнения на пластичн.; «усталая старушка», танц. поз. рук; круг, по кругу; «кошечка», «мостик»	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 16	Игропластика	Формировать у детей танцевальные движения	Развивать гибкость и пластичность	Разминка, упражнения на пластичн.; «усталая старушка», танц. поз. рук; круг, по кругу; «кошечка», «мостик»	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
Н О Я Б Р Ь	Занятие № 17	танец «Белые кораблики»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать двигательные навыки	Разминка, шаг с носка, на носках; танц. поз. рук и ног; танец танец «белые кораблики»; игра «цапля и лягушки»	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 18-19	танец «Красная шапочка»	Содействовать развитию двигательной памяти	Развивать двигательную раскрепощенность	Разминка, построение в рассыпную, ходьба с высоким под. бедра; бег по кругу и ориентирам; полуприседы; танц. поз. рук и ног; элементы танца «красная шапочка», игра «цапля и лягушки»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 20-21	танец «Красная шапочка»	Учить детей ориентироваться в пространстве	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно,	Разминка; танц. поз. рук и ног; мягкий, высокий шаг; танец «красная шапочка,	Практические-показ правильного выполнения движений;

Д Е К А Б Р Ь				координационно	игра «животные»	словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 22-23	Работа над репертуаром	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 24		Содействовать развитию двигательной памяти	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
Д Е К А Б Р Ь Я Н В А Р Ь	Занятие № 25-26	танец «Гномики»	Учить детей ориентироваться в пространстве	Уметь создавать музыкально – двигательный образ. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.	Разминка, топающий шаг, с каблучка; перестроения по кругу; «в воде»; «кораллы»; перестроения в круг; шаги вперед, назад; «в воздухе», «велосипед»; элементы танца «гномики», игра «медведь и дети»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 27-28	танец «Гномики»	Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка, приставной шаг; «грусть» и «радость»; прыжки с ноги на ногу; перестроен. из одной шеренги в несколько; элементы танца «гномики», игра «птицы в гнезда»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение
	Занятие № 29-30	танец «Валенки»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.	Разминка, «велосипед», «кораллы», «рыбка»; различные сочетания основ. движ. рук и ног; элементы танца «валенки», игра «птицы в гнезда»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение
	Занятие № 31-32	Работа над репертуаром	Формировать у детей	Уметь изменять направление	Разминка; репетиционная	Практические-показ правильного

			танцевальные движения	движения в соответствии с характером музыки.	работа над репертуаром	выполнения движений; словесный-объяснение
Я Н В А Р Ь Ф Е В Р А Л Ь	Занятие №33 -34	танец «Кот Леопольд»	Учить детей ориентироваться в пространстве	Развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой	Разминка, хореограф. упраж. (выставл. ноги на н.); упраж. на пластич.; танец «кот леопольд», игра «медведь и дети»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 35-36	«Маленький танец»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию	Разминка, перестроения в круг; шаги вперед, назад; «в воздухе», «велосипед»; различные сочетания основ. движ. рук и ног; танец «маленький танец», игра «птички в гнезда»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 37-38	Работа над репертуаром	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений;
	Занятие № 39-40		Формировать у детей танцевальные движения	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение
Ф Е В Р А Л Ь	Занятие № 41-42	танец «Хомяки»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно	Разминка, бег – передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»), упраж. на гибкость; «бравый солдат»; «часики-ходики»; элементы детских танцев «хомяки»; игра «паук и му хореограф. упраж.; настроение «обида»; «кошечка»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение
	Занятие № 43-44		Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка, различные виды перестроений; иммит. движ. «усталая старушка»; «журавль», «кошечка»;	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение

М А Р Т					«часики-ходики»; элементы детских танцев «хомяки»; игра «автомобили»	
	Занятие № 45-46	танец «Кап-кап»	Формировать у детей танцевальные движения	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка, упражнения на ловкость и выразительность; повторение пройденного материала; э хореограф. упраж. (выставл. ноги на н.); упраж. на пластич.; элементы детских танцев «кап-кап»; игра «паук и мухи»,	Практические- показ правильного выполнения движений; словесный- объяснение
	Занятие № 47-48	танец «Антошка»	Содействовать развитию двигательной памяти	Развивать гибкость и пластичность	Разминка, бег – передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»), упраж. на гибкость; различные виды перестроений; иммит. движ. «усталая старушка»; «журавль», «кошечка»; танец «Антошка»; игра «птички в гнезда»	Практические- показ правильного выполнения движений; словесный- объяснение; Игровой- сюжетно-ролевой
М А Р Т	Занятие № 49-50	танец «Волшебный цветок»	Формировать умение слушать музыку, понимать настроение, её характер, развивать эмоциональную отзывчивость при восприятии музыки	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка, упражнения на ловкость и выразительность; повторение пройденного материала; различные сочетания основ. движ. рук и ног; элементы танца «волшебный цветок»	Практические- показ правильного выполнения движений; словесный- объяснение; Игровой- сюжетно-ролевой
	Занятие № 51-52		Развитие умения выражать эмоции в мимике - радость, грусть, страх, обида и т.д.	Развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения.	Разминка, бег – передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»), упраж. на гибкость; «бравый солдат»; «часики-ходики»;	Практические- показ правильного выполнения движений; словесный- объяснение; Игровой- сюжетно-ролевой

А П Р Е Л Ь					элементы детских танцев «хомяки», танец «волшебный цветок»	
	Занятие № 53-54	Работа над репертуаром	Тренировка подвижности нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;	Уметь создавать музыкально – двигательный образ. Исполнять плясовые движения.	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 55-56	Работа над репертуаром	Содействовать развитию двигательной памяти	Уметь изменять движения с изменением характера музыки.	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
А П Р Е Л Ь	Занятие № 57-58	танец «Уточки»	Формировать у детей танцевальные движения	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка, острый бег (бежим по горячему песку), ходьба с высоким подниманием колена в разном темпе и ритме, строевые упражнения: передвижение в обход шагом и бегом; передать динамику настроения; «кобра»; элементы детских танцев «уточки»; игра «день и ночь»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 59-60	танец «Мышки»	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка, ходьба на четвереньках, прыжковые движения с продвижением вперед; «укрепи спинку»; прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки. элементы детских танцев «мышки»; игра «комар и	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
М А Й						

					мушки»	
	Занятие № 61-62	танец Шалунишки	Тренировка подвижности нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;	Уметь создавать музыкально – двигательный образ. Исполнять плясовые движения.	Разминка, хореограф. упраж; упраж. на выносл. и коорд.; «кобра», «укрепи животик», «укрепи спинку»; элементы детских танцев «шалунишки»; игра «кто ты?»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 63-64	танец «Занимайся спортом»	Развитие умения выражать эмоции в мимике - радость, грусть, страх, обида и т.д.	Развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения.	Разминка, различные сочетания основ. движ. рук и ног; танец «занимайся спортом»; игра «день и ночь»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 65-66	Репетиционная работа над репертуаром	Развитие умения выражать эмоции во время исполнения танца	Самостоятельно исполнять танцы в соответствии с музыкой	Повторение изученных танцев	Практический -показ правильного выполнения движений
	Занятие № 67-68	Репетиционная работа над репертуаром, открытое занятие	Развитие умения выражать эмоции во время исполнения танцев	Самостоятельно исполнять танцы в соответствии с музыкой	Повторение изученных танцев	Практический -показ правильного выполнения движений

Старшая группа (2 год обучения)

Учебный план

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов		Формы аттестации и контроля
		Всего	Практика	
1.	Ритмическая пластика: строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие упражнения, иммитационные движения	9 часов	9 часов	Педагогическая диагностика
2.	Игропластика	8 часов	8 часов	Педагогическая диагностика
3.	Хореографические упражнения	7 часов	7 часов	Педагогическая диагностика

4.	Элементы детских танцев, танцевальные шаги	12 часов	12 часов	Педагогическая диагностика
5.	Массовые ритмические танцы	13 часов	13 часов	Педагогическая диагностика Выступление детей
6.	Репетиционная работа над репертуаром	12 часов	12 часов	
7.	Игровой комплекс	7 часов	7 часов	
8.	Всего часов	68 часов	68 часов	

Содержание учебного плана

• Раздел ритмическая пластика:

Строевые упражнения:

- построение в шеренгу и колонну по сигналу; повороты направо, налево по распоряжению; перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге, беге по ориентирам; перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам; размыкание по ориентирам; перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим.

Основные движения:

- ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках; бег - легкий, ритмичный; прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, топающий шаг, «с каблучка», вперед, назад, высокий, широкий бег, различные виды галопа; высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный» шаг острый, пружинящий бег, поскок «легкий» и «сильный»; ходьба на носках, полупальцах с ускорением и замедлением, пружинящий бег, легкий ритмичный, прыжковые движения в различных вариациях

Общеразвивающие упражнения:

- комбинированные упражнения в стойках; приседания; различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и в упоре присев; комбинированные упражнения в седах и в положении лежа; сед-по-турецки-прыжки на двух ногах; прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу; общеразвивающие упражнения по типу «Зарядка»

- упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:

расслабление всего тела, лежа на спине; свободное, расслабленное раскачивание ноги, стоя боком к опоре на одной и держась за нее; упражнения на осанку в образных и двигательных действиях («лодочка» и др.), лежа на спине, на животе,

посегментное расслабление рук на разное количество счетов; свободное раскачивание руками при поворотах туловища; расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя; потряхивание ногами в положении стоя;

- «насос»; «волны шипят»; «ныряние»;

Имитационные движения:

- различные образно – игровые движения, настроение, состояние; ощущение тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе»; различные образно-игровые движения, раскрывающие настроение, состояние.

• **Раздел игропластика:**

игропластика: специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях: «морские фигуры», «велосипед», «орешек», «кобра», «укрепи животик», «укрепи спинку», «гимнаст», «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка», «мост», «лягушка», «крестик».

• **Раздел хореографические упражнения:**

Хореографические упражнения:

поклон для мальчиков; реверанс для девочек; танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью; полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре; выставление ноги вперед и в сторону, поднимая ноги, стоя боком к опоре; выставление ноги назад на носок, поднимая ноги, стоя лицом к опоре; прыжки, выпрямившись, опираясь на опору; перевод из одной позиции в другую; соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры; наклоны туловища, стоя спиной и боком к опоре.

• **Раздел элементы детских танцев:**

Танцевальные шаги:

шаг галопа вперед и в сторону; шаг польки; пружинные движения ногами на полу приседах; кик-движение; шаг с подскоком; русский попеременный шаг; шаг с притопом; русский шаг - припадания; шаг с подскоком и с различными движениями руками; поочередное пружинное движение ногами в стойке ноги врозь; нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в сторону; основные движения русского танца: тройной притоп, припадание с поворотом, «елочка», «гармошка», «ковырялочка».

Элементы плясок и танцев:

элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации; танцевальные упражнения из современных ритмических танцев; разнонаправленные движения для рук и ног; сложные виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

• **Раздел массовые танцы:**

Рекомендуемый репертуар танцев:

«Веселые пары», «Домисолька», «Модный рок», «Светит месяц», «Аквариум», «Давай танцуй», «Гномы»; «Бум-бум-ла-ла»; «Ушастик»; «Пегас»; «Чикитыры»;

«Чико-нико»; «Подарочки»; «Давай танцуй»; Зеленые лунатики»; «Щенок»; «Полька»; «Вальс»; «Шарики-хлопушки».

• **Раздел репетиционная работа над репертуаром**

Работа над техникой, манерой и выразительностью исполнений танцевальных элементов, номеров, перестроений. Работа над выразительностью эмоций.

• **Раздел игры:**

Подвижные игры:

«мальчики пляшут, девочки танцуют»; «музыкальные змейки»; «трансформеры»; «капканы»; «круг и кружочки»; «день и ночь»; «повтори за мной»; «дети и медведь».

Формы работы

Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (групповые)

Программа также включает разные виды занятий:

- учебное занятие;
- занятие – игра;
- открытое занятие;

Формы проведения занятий:

- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников, имеющих общее задание

Количественный состав группы: 25 человек.

Продолжительность одного занятия для дошкольников: не более 25 мин.

Занятия проходят 2 раза в неделю.

Перспективное планирование 5-6 лет (старшая группа)

Период прохождения материала	Программное содержание	Количество часов
сентябрь-октябрь-ноябрь	<p>1.ритмическая пластика:</p> <p>- основные движения: ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег - легкий, ритмичный, прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями</p> <p>- строевые упражнения:</p> <p>построение в шеренгу и колонну по сигналу; повороты направо, налево по распоряжению</p> <p>- общеразвивающие движения:</p> <p>на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность), упражнения на развитие гибкости</p>	3 часа

декабрь-январь	<p>- имитационные движения: различные образно – игровые движения, настроение, состояние</p> <p>2.игропластика: «морские фигуры», «велосипед», «орешек», «кобра»</p> <p>3.хореографические упражнения: поклон для мальчиков; реверанс для девочек; танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью</p> <p>4.элементы детских танцев: «зарядка», «модный рок»</p> <p>5.массовые танцы: «веселые пары», «домисолька»</p> <p>6.репетиционная работа над репертуаром: практическая работа над техникой, пластической выразительностью, стилем и манерой исполнения</p> <p>7.игровой комплекс: «волк во рву», «ледяные фигуры»</p> <p>Задачи: Учить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой. Отмечать в движении сильную долю такта, менять движение в соответствии с формой музыкального произведения. Слышать и передавать в движении ярко выраженные ритмические акценты. Закреплять навык двигаться в соответствии с характером музыки. Выразительно исполнять движения. Развитие воображения, фантазии.</p> <p>1.римическая гимнастика: - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед, назад, высокий, широкий бег, различные виды галопа</p> <p>- строевые упражнения: перестроение из одной колонны в несколько кругов</p>	<p>2 часа</p> <p>2 часа</p> <p>4 часа</p> <p>5 часов</p> <p>6 часов</p> <p>2 часа</p> <p>2 часа</p>
----------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

февраль-	<p>на шаге, беге по ориентирам;</p> <p>- общеразвивающие движения: упражнения на развитие пластичности, точности и ловкости движений</p> <p>- имитационные движения: ощущение тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе»</p> <p>2.игропластика: «укрепи животик», «укрепи спинку», «гимнаст»</p> <p>3.хореографические упражнения: полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре; выставление ноги вперед и в сторону, поднимая ноги, стоя боком к опоре</p> <p>4. элементы танцев: «полька», «конькобежцы», «восточный»</p> <p>5.массовые танцы: «светит месяц», «аквариум»</p> <p>6.репетиционная работа над репертуаром: работа над техникой, манерой исполнения</p> <p>7.игровой комплекс: «акула и рыбы», «море, берег, паруса»</p> <p>Задачи: Самостоятельно ориентироваться в характере музыки. Точно начинать движения после вступления. Различать части и фразы произведения, динамические оттенки и передавать их в движении. Упражнять в спокойном шаге, легком поскоке, более широком беге. Самостоятельно строить круг, ходить по кругу. Развитие восприятия, внимания, воли. Умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности. Освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений.</p> <p>1.ритмическая гимнастика: - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный» шаг</p>	<p>2 часа</p> <p>1 час</p> <p>4 часа</p> <p>3 часа</p> <p>3 часа</p> <p>2 часа</p> <p>2 часа</p>
----------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>март</p>	<p>острый, пружинящий бег, поскок «легкий» и «сильный»</p> <p>- строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам;</p> <p>- общеразвивающие движения: упражнения на развитие координации рук и ног</p> <p>- имитационные движения: различные образно-игровые движения</p> <p>2.игропластика: «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка»</p> <p>3.хореографические упражнения: выставление ноги назад на носок, поднимая ноги, стоя лицом к опоре; прыжки, выпрямившись, опираясь на опору</p> <p>4.элементы танцев: «рок-н-ролл», «вальс»</p> <p>5.массовые танцы: «кик», «пегас»</p> <p>6.репетиционная работа над репертуаром: работа над техникой и манерой исполнения изученных движений</p> <p>7.игровой комплекс: «автомобили», «фигуры»</p> <p>Задачи: Учить выразительно двигаться в соответствии с характером музыки. Закреплять умение отмечать в движении метр, самостоятельно менять движения со сменой частей, музыкальных фраз. Закреплять умение чувствовать в музыке переход от умеренного к быстрому или медленному темпу. Развитие способности к импровизации движений. Учить кружиться на поскоках в парах. В играх действовать самостоятельно. Развитие умения выражать различные эмоции в</p>	<p>2 часа</p> <p>2 часа</p> <p>2 часа</p> <p>3 часа</p> <p>3 часа</p> <p>1 час</p>
-------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------

апрель-май	<p>мимике. Танцевать выразительно изученные элементы.</p> <p>1.ритмическая пластика: - основные движения: ходьба на носках, полупальцах с ускорением и замедлением, пружинящий бег, легкий ритмичный, прыжковые движения в различных вариациях</p> <p>- строевые упражнения: размыкание по ориентирам; перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим.</p> <p>- общеразвивающие движения: упражнения на развитие гибкости, пластичности, ловкости, точности</p> <p>- имитационные движения: различные образно-игровые движения, раскрывающие настроение, состояние</p>	2 часа
	<p>2.игропластика: «мост», «лягушка», «крестик»</p>	2 часа
	<p>3.хореографические упражнения: перевод из одной позиции в другую; соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры; наклоны туловища, стоя спиной и боком к опоре.</p>	2 часа
	<p>4.элементы танцев: «давай танцуй», «маленькая страна»</p>	2 часа
	<p>5.массовые танцы: «лето», «зеленые лунатики»</p>	1 час
	<p>6.репетиционная работа над репертуаром: работа над стилем, манерой, выразительностью исполнения</p>	1 час
	<p>7.игровой комплекс: «трансформеры», «ручеек» Задачи: Упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них движением.</p>	

	<p>Передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередованием музыкальных фраз.</p> <p>Творчески использовать знакомые движения в импровизациях, играх.</p> <p>Воспитание интереса и любви к музыке и танцу.</p> <p>Развитие умения самостоятельно передвигаться по залу, ориентироваться в пространстве.</p> <p>Танцевать изученные движения выразительно.</p>	
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Целевые ориентиры:

1. Уметь двигаться в соответствии с характером музыки.
2. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.
3. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.
4. Переходить от одного движения к другому.
5. Самостоятельно ориентироваться в пространстве.
6. Передавать хлопками динамический и ритмический рисунок музыки.
7. Уметь изменять движения с изменением характера музыки.
8. Уметь создавать музыкально – двигательный образ.
9. Исполнять плясовые движения, действовать с воображаемыми предметами.
10. Выполнять движения с предметами.
11. Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.
12. Уметь выполнять роль ведущего по замыслу.
13. Уметь видоизменять одно и то же движение в зависимости от характера музыки.
14. Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.
15. Уметь импровизировать под любое музыкальное сопровождение.

Содержание занятий:

Месяц	№ занятия	Тема	Цель	Задачи	Содержание	Методы и приемы
С Е Н Т Б Р Ь О К Т Я Б Р Ь	Занятие № 1	Введение, танец «Зарядка»	Формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку; развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки.	Развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки.	Вводное занятие: Знакомство с детьми. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности; Разучивание общего поклона для мальчиков, реверанс для девочек; разминка; различные виды ходьбы элементы танца «зарядка»; игра «волк во рву»	Словесные, игровые, подвижные; практические-показ правильного выполнения движений
	Занятие № 2-3	танец «Зарядка»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать образное мышление	Разминка, построение в колонну по сигналу; ходьба бодря,	Практические-показ правильного выполнения

					спокойная; «морские фигуры»; элементы танца «зарядка»; игра «волк во рву»	движений; словесный-, объяснение
	Занятие № 4-5	танец «Зарядка»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать образное мышление	Разминка, построение в колонну по сигналу; ходьба бодрая, спокойная; «морские фигуры»; элементы танца «зарядка»; игра «волк во рву»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
	Занятие № 6-7	Работа над репертуаром	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать двигательные навыки	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 8	танец «Веселые пары»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать творческое воображение и фантазию	Разминка, бег по кругу и ориентирам; полуприседы; танц. поз. рук и ног; постановочная работа танца «веселые пары»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
О К Т Я Б Р Ь	Занятие № 9	танец «Веселые пары» постановочная работа	Формировать у детей танцевальные движения	Развивать двигательные навыки	Разминка, постановочная работа танца «веселые пары»	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 10-11	танец «Веселые пары» постановочная работа	Формировать у детей танцевальные движения	Развивать двигательные навыки	Разминка, постановочная работа танца «веселые пары»	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 12-13	Работа над репертуаром	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать двигательные навыки	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
Н О Я Б Р Ь	Занятие № 14-15	Работа над репертуаром	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать двигательные навыки	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-

						сюжетно-ролевой
	Занятие № 16	Работа над репертуаром	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать двигательные навыки	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
Н О Я Б Р Ь	Занятие № 17	Работа над репертуаром	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать двигательные навыки	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 18-19	танец «Домисолька»	Содействовать развитию двигательной памяти	Развивать двигательную раскрепощенность	Разминка, построение врассыпную, ходьба с высоким под. бедра; имми-тац. движ.; элементы танца «модный рок»; игра «волк во рву» топающий шаг, с каблук-ка; «морские фигуры»; «кобра»; «велосипед»; «орешек»; танец «домисолька»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
Д Е К А Б Р Ь	Занятие № 20-21	танец «Домисолька»	Учить детей ориентироваться в пространстве	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно	Разминка, построение врассыпную, ходьба с высоким под. бедра; имми-тац. движ.; элементы танца «модный рок»; танец «домисолька»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 22-23	Постановочная работа танец «Домисолька»	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка, постановочная работа танца «домисолька»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-

	Занятие № 24		Содействовать развитию двигательной памяти	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно	Разминка, постановочная работа танца «домисолька»	ролевой Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
Д Е К А Б Р Ь Я Н В А Р Ь	Занятие № 25-26	танец «Полька»	Учить детей ориентироваться в пространстве	Уметь создавать музыкально – двигательный образ. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.	Разминка; различные виды галопа; «укрепи животик», «укрепи спинку»; элементы танца «полька»; игра «акула и рыбы»; различные виды шагов; «гимнаст»; хореограф. упраж.;	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 27-28	танец Конькобежцы	Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка; перестроения из одной колонны в несколько кругов на шаге; элементы танца «конькобежцы»; танец «светит месяц»; игра «море, берег, паруса»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение
	Занятие № 29-30	танец «Светит месяц»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.	Разминка, упраж. на развитие точности, ловкости движений; постановочная работа танца «светит месяц»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение
	Занятие № 31-32	Постановочная работа танец «Светит месяц»	Формировать у детей танцевальные движения	Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.	Разминка; постановочная работа танца «светит месяц»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение
Я Н В А Р Ь	Занятие № 33-34	Работа над репертуаром	Учить детей ориентироваться в пространстве	Развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие	танец	Развитие	Развитие	Разминка;	Практические-

Ф Е В Р А Л Ь	№ 35-36	Конькобежцы	музыкальности, чувства ритма	слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию	имитационные движения: ощущение тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе»; элементы танца «конькобежцы»; игра «пятнашки» острый бег (бежим по горячему песку), ходьба с высоким подниманием колена в разном темпе и ритме, строевые упражнения: передвижение в обход шагом и бегом;	показ правильного выполнения движений; словесный- объяснение; Игровой- сюжетно- ролевой
	Занятие № 37-38	танец «Аквариум»	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка; элементы танца «восточный»; танец «Аквариум» постановочная работа танца «Аквариум»	Практические- показ правильного выполнения движений;
	Занятие № 39-40	Постановочная работа танца «Аквариум»	Формировать у детей танцевальные движения	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно	Разминка; постановочная работа танца «Аквариум»	Практические- показ правильного выполнения движений; словесный- объяснение
Ф Е В Р А Л Ь	Занятие № 41-42	танец «Рок-н-ролл»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно	Разминка; высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный» шаг; «винтик»; элементы танца «рок-н-ролл»; игра «фигуры» упражнения на развитие координации рук и ног	Практические- показ правильного выполнения движений; словесный- объяснение
	Занятие	танец	Уметь двигаться	Развивать	Разминка; острый,	Практические-

М А Р Т	№ 43-44	«Вальс»	в соответствии с характером музыки	образное мышление	пружинящий бег, поскок «легкий» и «сильный»; «часики - ходики»; элементы танца «вальс», игра «музыкальные змейки»	показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение
	Занятие № 45-46	танец «Кик»	Формировать у детей танцевальные движения	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка; имитационные движения: различные образно-игровые движения; «улитка»; элементы танца «кик», игра «музыкальные змейки»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение
	Занятие № 47-48	Постановочная работа танца «Кик	Содействовать развитию двигательной памяти	Развивать гибкость и пластичность	Разминка; перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам; элементы танца «кик», игра «Гулливер и лилипуты»; постановочная работа танца «кик»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
М А Р Т	Занятие № 49-50	Постановочная работа танца «Кик»	Формировать умение слушать музыку, понимать настроение, её характер, развивать эмоциональную отзывчивость при восприятии музыки	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка; постановочная работа танца «кик»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие	Постановочная	Развитие умения	Развитие воображения,	Разминка; хореограф. упраж.	Практические-показ

А П Р Е Л Ь	№ 51-52	работа танца «Пегас»	выражать эмоции в мимике - радость, грусть, страх, обида и т.д.	фантазии, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения.	(выставл. ноги на н.); упраж. на пластич.; элементы танца «пегас»; игра «Гулливер лилипуты» постановочная работа танца «пегас»	правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 53-54	постановочная работа танца «Пегас»	Тренировка подвижности нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;	Уметь создавать музыкально – двигательный образ. Исполнять плясовые движения.	Разминка; постановочная работа танца «пегас»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 55-56	Работа над репертуаром	Содействовать развитию двигательной памяти	Уметь изменять движения с изменением характера музыки.	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
А П Р Е Л Ь	Занятие № 57-58	танец «Давай танцуй»	Формировать у детей танцевальные движения	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка; ходьба на носках, полупальцах с ускорением и замедлением; «мост»; элементы танцев: «давай танцуй»; игра «трансформеры» пружинящий бег, легкий ритмичный, прыжковые движения в различных вариациях; «лягушка»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
		Занятие № 59-60	танец «Лето»	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка; размыкание по ориентирам; перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим; «крестик»; танец «лето»; игра «ручеек»; различные образно-игровые
М А Й						

					движения, раскрывающие настроение, состояние; игропластика: «мост», «лягушка», «крестик»	
	Занятие № 61-62	Постановочная работа танца «Лето»	Тренировка подвижности нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;	Уметь создавать музыкально – двигательный образ. Исполнять плясовые движения.	Разминка; постановочная работа танца «лето»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 63-64	Работа над репертуаром	Развитие умения выражать эмоции в мимике - радость, грусть, страх, обида и т.д.	Развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения.	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 65-66	Репетиционная работа над репертуаром	Развитие умения выражать эмоции во время исполнения танца	Самостоятельно исполнять танцы в соответствии с музыкой	Повторение изученных танцев	Практический -показ правильного выполнения движений
	Занятие № 67-68	Репетиционная работа над репертуаром, открытое занятие	Развитие умения выражать эмоции во время исполнения танцев	Самостоятельно исполнять танцы в соответствии с музыкой	Повторение изученных танцев	Практический -показ правильного выполнения движений

Подготовительная группа (3 год обучения)

Учебный план

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов		Формы аттестации и контроля
		Всего	Практика	
1.	Ритмическая пластика: строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие упражнения, иммитационные движения	7 часов	7 часов	Педагогическая диагностика
2.	Игропластика	6 часов	6 часов	Педагогическая диагностика

3.	Хореографические упражнения	6 часов	6 часов	Педагогическая диагностика
4.	Элементы детских танцев	14 часов	14 часов	Педагогическая диагностика
5.	Массовые ритмические танцы	17 часов	17 часов	Педагогическая диагностика Выступление детей
6.	Репетиционная работа над репертуаром	14 часов	14 часов	
7.	Игровой комплекс	4 часа	4 часа	
8.	Всего часов	68 часов	68 часов	

Содержание учебного плана:

• Раздел ритмическая пластика:

Строевые:

- построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг; бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом.

Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте, топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад, высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг», бег- широкий, острый, с остановками, различные виды галопов, поскоков; ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях.

Общеразвивающие упражнения:

- ходьба на носках и с высоким подниманием бедра; сочетание основных движений прямыми согнутыми руками; стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями; основные движения головой; сочетание упоров с движениями ногами.

- упражнения на расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки:

потряхивание кистями и предплечьями; раскачивание руками из различных исходных положений; контрастное движение руками на напряжение и расслабление; расслабление рук в положении лежа на спине; поsegmentное свободное

расслабление рук в положении лежа на спине; лежа на спине при напряжении мышц - выдох, при расслаблении мышц - вдох; упражнение на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей.

Имитационные движения:

- разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных); вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения; имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения; вымышленные ситуации

• **Раздел игропластика:**

- игропластика: специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях: «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» и т.д.

• **Раздел хореографические упражнения:**

- танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья; выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево, переступая на носках, держась за опору; полуприседы, стоя боком к опоре.

• **Раздел элементы детских танцев:**

Танцевальные шаги:

- мягкий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги; прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360; поворот на 360 на шагах.

Элементы плясок и танцев:

- притопы, боковой галоп, галоп вперед «лошадками», элементы русской пляски, прыжки.

• **Раздел массовые танцы:**

Рекомендуемый репертуар танцев:

«Кукляндия», «Танец цветов и бабочек», «Полкис», «Дети и природа», «Маляры» «Новогодние игрушки», «Джин», «Ты крутой», «Нон-стоп», «Звезды зажигают», «Мы лучшие», «Флэшмоб», «Смотри, как все прекрасно», «Мечта»

• **Раздел репетиционная работа над репертуаром**

Работа над техникой, манерой и выразительностью исполнений танцевальных элементов, номеров, перестроений. Работа над выразительностью эмоций.

• **Раздел игры:**

Подвижные игры:

«найди свое место», «нитка-иголка», «цапля и лягушки», «автомобили», «воробушки», «карлики и великаны», «ай да я», «творческая импровизация», «совушка».

Формы работы

Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (групповые)

Программа также включает разные виды занятий:

- учебное занятие;
- занятие – игра;
- открытое занятие;

Формы проведения занятий:

- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников, имеющих общее задание

Количественный состав группы: 25-30 человек.

Продолжительность одного занятия для дошкольников: не более 30 мин.

Занятия проходят 2 раза в неделю.

Перспективное планирование 6-7 лет (подготовительная группа)

Период прохождения материала	Программное содержание	Кол-во часов
сентябрь-октябрь-ноябрь	<p>1. ритмическая пластика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) 	3 часа

	<p>2.игропластика: «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка»</p> <p>3.хореографические упражнения: - танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья</p> <p>4.элементы танца: «новогодние игрушки», «джин»</p> <p>5.репетиционная работа над репертуаром: работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения</p> <p>6.массовые танцы: «ты крутой», «нон-стоп»</p> <p>7.игровой комплекс: «ручки-ручки», «танцевальный баттл»</p> <p>Задачи: Закреплять умения детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, частей. Упражнять детей в ходьбе разного характера, в легком ритмичном беге. Продолжать учить детей творчески использовать и выразительно исполнять в свободных плясках знакомые движения. Следить за осанкой детей, добиваться подтянутости, внутренней собранности. Развитие эмоциональной сферы. Развитие музыкальной и двигательной памяти.</p>	<p>3 часа</p> <p>2 часа</p> <p>6 часов</p> <p>5 часов</p> <p>6 часов</p> <p>1 час</p>
декабрь-январь	<p>1.ритмическая пластика: - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад</p> <p>- строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в кругу</p>	2 часа

	<p>- общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости</p> <p>- имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения</p> <p>2.игропластика: «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка»</p> <p>3.хореографические упражнения: выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево</p> <p>4.элементы танцев: «мексикана», «танго</p> <p>5.массовые танцы: «чудеса случаются», «звезды зажигают»</p> <p>6.репетиционная работа над репертуаром: работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения</p> <p>7.игровой комплекс: «бегаем-бегаем», «царевна-несмеяна»</p> <p>Задачи: Выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами, отмечать в движении музыкальные фразы, акценты, несложный ритмический рисунок. Учить эмоционально передавать игровые образы. Вырабатывать осанку, умение держать голову и корпус прямо. Закреплять умение свободно ориентироваться в пространстве. Добиваться легкости, естественности и непринужденности в выполнении всех движений.</p>	<p>1 час</p> <p>1 час</p> <p>4 часа</p> <p>5 часов</p> <p>3 часа</p> <p>1 час</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------

<p>февраль-март</p>	<p>1. ритмическая пластика: - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег- широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков</p> <p>- строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой»)</p> <p>- общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног</p> <p>имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения</p> <p>2.игропластика: «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка»</p> <p>3.хореографические упражнения: переступая на носках, держась за опору; полуприседы, стоя боком к опоре.</p> <p>4. элементы танцев: «бабочки», «танец роз»</p> <p>5.массовые танцы: «мы лучшие», «флэшмоб»</p> <p>6. репетиционная работа над репертуаром: работа над техникой, манерой и выразительностью исполнения</p> <p>7. игровой комплекс: «магазин игрушек», «горелки» Задачи: Совершенствовать умения детей самостоятельно начинать движение после вступления, ускорять и замедлять темп ходьбы, бега. Упражнять детей во всех видах движений. Формировать творческие способности детей. Развитие музыкальной и двигательной памяти.</p>	<p>1 час</p> <p>1 час</p> <p>1 час</p> <p>3 часа</p> <p>4 часа</p> <p>3 часа</p> <p>1 час</p>
---------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------

апрель-май	<p>1.ритмическая пластика: - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях</p> <p>- строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом.</p> <p>- общеразвивающие движения: на различные группы мышц</p> <p>- имитационные движения: вымышленные ситуации</p>	1 час
	<p>2.игропластика: «гимнаст», «лыжник», «лодочка»</p>	1 час
	<p>3.хореографические упражнения: закрепление пройденного материала</p>	1 час
	<p>4.элементы танцев: «какадурчик», «сиртаки», «два барана»</p>	1 час
	<p>5.массовые танцы: «смотри, как все прекрасно», «мечта»</p>	3 часа
	<p>6.репетиционная работа над репертуаром: работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения</p>	3 часа
	<p>7.игровой комплекс: «тетя-весельчак», «зеркало», «паровоз»</p>	1 час
	<p>Задачи: Закреплять у детей умение самостоятельно менять движение со сменой частей, чередованием музыкальных фраз. Отмечать в движении сильную долю такта. Реагировать сменой движений на смену характера музыки. Повторять изученные элементы. Работать над техникой, выразительностью исполнения изученных танцев. Развитие эмоциональной сферы детей.</p>	

Целевые ориентиры:

1. Уметь двигаться соответствии с характером музыки.
2. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.
3. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.
4. Переходить от одного движения к другому.
5. Самостоятельно ориентироваться в пространстве.
6. Передавать хлопками динамический и ритмический рисунок музыки.
7. Уметь изменять движения с изменением характера музыки.
8. Уметь создавать музыкально –двигательный образ.
9. Исполнять плясовые движения, действовать с воображаемыми предметами.
- 10.Выполнять движения с предметами.
- 11.Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.
- 12.Уметь выполнять роль ведущего по замыслу.
- 13.Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.
- 14.Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.
- 15.Уметь импровизировать под любое музыкальное сопровождение.

Содержание занятий:

Месяц	№ занятия	Тема	Цель	Задачи	Содержание	Методы и приемы
С Е Н Т Я Б Р Ь	Занятие № 1	Введение; танец «Джин»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Уметь создавать музыкально – двигательный образ.	Вводное занятие: Знакомство с детьми. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности,; разучивание общего поклона для мальчиков, реверанс для девочек; разминка; различные виды ходьбы элементы танца «Джин»; игра «ручки-ручки»	Словесные, игровые, подвижные
	Занятие № 2-3	танец «Джин»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать образное мышление	Разминка, ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках; «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка» элементы танца «джин»; игра «ручки-ручки	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
	Занятие № 4-5	Работа над репертуаром	Музыкально-ритмическое	Развивать двигательные	Разминка; репетиционная	Практические-показ

			развитие детей	навыки	работа над репертуаром	правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 6-7	танец «Новогодние игрушки»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Развивать двигательные навыки	Разминка; бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы; элементы танца «новогодние игрушки»; игра «танцевальный баттл» ; разнообразие сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
	Занятие № 8	танец «Новогодние игрушки»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Развивать двигательные навыки	Разминка; бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы; элементы танца «новогодние игрушки»; игра «танцевальный баттл» ; разнообразие сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
О К Т Я Б Р Ь	Занятие № 9	Работа над репертуаром	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать двигательные навыки	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 10-11	танец «Ты крутой»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать творческое воображение и фантазию	Разминка; построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг; постановочная работа танца «Ты-крутой»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
	Занятие № 12-13	танец «Ты крутой»	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать творческое воображение и фантазию	Разминка; построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг; постановочная работа танца «Ты-	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-, объяснение
Н О Я Б Р Ь						

					крутой»	
	Занятие № 14-15	Постановочная работа танца «Ты- крутой»	Формировать у детей танцевальные движения	Развивать гибкость и пластичность	Разминка; постановочная работа танца «Ты-крутой»	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 16	Постановочная работа танца «Ты- крутой»	Формировать у детей танцевальные движения	Развивать гибкость и пластичность	Разминка; постановочная работа танца «Ты-крутой»	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
Н О Я Б Р Ь	Занятие № 17	Работа над репертуаром	Музыкально-ритмическое развитие детей	Развивать двигательные навыки	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 18-19	танец «Нон-стоп»	Содействовать развитию двигательной памяти	Развивать двигательную раскрепощенность	Разминка, имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных); танец «Нон-стоп»; игра «ручки-ручки» упражнения на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность); постановочная работа танца «Нон-стоп»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
Д Е К А Б	Занятие № 20-21	Постановочная работа танца «Нон-стоп	Учить детей ориентироваться в пространстве	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно	Разминка; постановочная работа танца «Нон-стоп	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой

Р Б	Занятие № 22-23	Работа над репертуаром	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 24	Работа над репертуаром	Содействовать развитию двигательной памяти	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
Д Е К А Б Р Ь	Занятие № 25-26	танец «Мексикана»	Учить детей ориентироваться в пространстве	Уметь создавать музыкально – двигательный образ. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.	Разминка; основные движения: топающий шаг, «с каблук», вперед и назад; элементы танцев: «Мексикана»; танец «Чудеса случаются»; игра «бегаем-бегаем»; строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг; «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 27-28	танец «Чудеса случаются»	Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка; упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости; постановочная работа танца «Чудеса случаются» имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-беседа, объяснение
	Занятие № 29-30	Работа над репертуаром	Музыкально-ритмическое развитие детей	Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений;
Я Н В А Р Ь						

				характера музыки.		словесный-беседа, объяснение
	Занятие № 31-32	Работа над репертуаром	Формировать у детей танцевальные движения	Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение
Я Н В А Р Ь Ф Е В Р А Л Ь	Занятие № 33-34	танец «Звезды зажигают»	Учить детей ориентироваться в пространстве	Развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой	Разминка; хореографические упражнения: выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево; элементы танцев: «танго»; игра «царевна-несмеяна» постановочная работа танца «Звезды зажигают»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 35-36	Постановочная работа танца «Звезды зажигают»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию	Разминка; постановочная работа танца «Звезды зажигают»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 37-38	Работа над репертуаром	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений;
	Занятие № 39-40		Формировать у детей танцевальные движения	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение
Ф Е В Р А Л Ь	Занятие № 41-42	танец «Бабочки»	Развитие музыкальности, чувства ритма	Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно	Разминка; основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг»; «винтик», «часики - ходики»; элементы танцев: «Бабочки»; игра «магазин	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение

М А Р Т					игрушек» бег по кругу и по ориентирам («змежкой»); «журавль», «улитка»	
	Занятие № 43-44	Постановочная работа танца «Мы лучшие»	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка; бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков; танец «мы лучшие»; игра «горелки» упражнения на координацию рук и ног; хореограф. упр.; постановочная работа танца «Мы лучшие»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение
	Занятие № 45-46	Постановочная работа танца «Мы лучшие»	Формировать у детей танцевальные движения	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка, постановочная работа танца «Мы лучшие»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение
	Занятие № 47-48	Работа над репертуаром	Содействовать развитию двигательной памяти	Развивать гибкость и пластичность	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
М А Р Т А П Р Е Л Ь	Занятие № 49-50	танец «Флэшмоб»	Формировать умение слушать музыку, понимать настроение, её характер, развивать эмоциональную отзывчивость при восприятии музыки	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка; элементы танцев: «танец роз»; танец «Флэшмоб»; игра «горелки»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 51-52	Постановочная работа танца «Флэшмоб»	Развитие умения выражать эмоции в мимике - радость, грусть, страх, обида и т.д.	Развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения.	Разминка; постановочная работа танца «Флэшмоб»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 53-54	Постановочная работа танца «Флэшмоб»	Тренировка подвижности нервных процессов на основе движения	Уметь создавать музыкально – двигательный образ. Исполнять	Разминка; постановочная работа танца «Флэшмоб»	Практические-показ правильного выполнения движений;

			в различных темпах и ритмах;	плясовые движения.		словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 55-56	Работа над репертуаром	Содействовать развитию двигательной памяти	Уметь изменять движения с изменением характера музыки.	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
А П Р Е Л Ь	Занятие № 57-58	танец Какадурчик	Формировать у детей танцевальные движения	Переходить от одного движения к другому. Самостоятельно ориентироваться в пространстве	Разминка; ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях; «гимнаст», «лыжник», «лодочка»; элементы танцев: «Какадурчик; игра «тетя-весельчак»; перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 59-60	танец «Смотри, как все прекрасно»	Уметь двигаться в соответствии с характером музыки	Развивать образное мышление	Разминка; общеразвивающие движения: на различные группы мышц; танец «смотри, как все прекрасно» имитационные движения: вымышленные ситуации; постановочная работа танца «Смотри, как все прекрасно»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 61-62	Постановочная работа танца «Смотри, как все прекрасно»	Тренировка подвижности нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;	Уметь создавать музыкально – двигательный образ. Исполнять плясовые движения.	Разминка; постановочная работа танца «Смотри, как все прекрасно»	Практические-показ правильного выполнения движений; словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 63-64	Работа над репертуаром	Развитие умения выражать эмоции в мимике - радость, грусть, страх, обида и т.д.	Развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои	Разминка; репетиционная работа над репертуаром	Практические-показ правильного выполнения движений;
М А Й						

				оригинальные движения.		словесный-объяснение; Игровой-сюжетно-ролевой
	Занятие № 65-66	Репетиционная работа над репертуаром	Развитие умения выражать эмоции во время исполнения танца	Самостоятельно исполнять танцы в соответствии с музыкой	Повторение изученных танцев	Практический - показ правильного выполнения движений
	Занятие № 67-68	Репетиционная работа над репертуаром, открытое занятие	Развитие умения выражать эмоции во время исполнения танцев	Самостоятельно исполнять танцы в соответствии с музыкой	Повторение изученных танцев	Практический - показ правильного выполнения движений

2.Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель	34
Количество учебных дней	68
Продолжительность каникул	с 31.12.2021 г. по 9.01.2022 г.
Даты начала и окончания учебного года	с 14.09.2021 по 26.05.2022 г.
Сроки промежуточной аттестации	---
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	---

2.2. Условия реализации программы

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	<p>Спортивный зал находится на первом этаже и полностью оборудован спортивным инвентарем. Имеется музыкальный центр. Программно-методические материалы соответствуют возрастным особенностям, учитывают состояние здоровья детей, планируются с учетом ФГОС ДО</p> <p>Музыкальный зал находится на первом этаже. Имеются фортепиано, музыкальный центр, мультимедийное оборудование, детские музыкальные инструменты, ноутбук. Программно-методические материалы соответствуют возрастным особенностям, учитывают индивидуальные особенности детей планируются с учетом ФГОС ДО</p> <p>Технические средства</p>

Аспекты	Характеристика
	<p>обучения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Музыкальный центр 2. Компьютер 3. Мультимедийное оборудование <p>Учебно-наглядные пособия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. CD Диски 2. Презентации 3. Костюмы 4. Атрибутика к танцам 5. Игрушки 6. Наглядные пособия 7. Плакаты
Информационное обеспечение	-аудио
Кадровое обеспечение	<p>Педагог-хореограф с высшим образованием. Имеет диплом по специальности «Хореографическое искусство». Стаж работы 23 года.</p> <p>Курсы повышения квалификации «Танцевальная практика и педагогические приемы работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста» - июнь 2018 год</p>

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка

2.4. Оценочные материалы

Показатели качества реализации ДООП	Методики
Уровень музыкального и психомоторного развития ребенка	Методика А.И. Бурениной

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный

- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный
- Игровой
- Репродуктивный

Формы организации образовательной деятельности:

- Групповая
- Открытое занятие
- Концерт

2.6. Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика С - Пб., 2015г.
2. Зарецкая Н., Роот З. Танцы в детском саду М. Айрис Пресс, 2004г.
3. Савчук О. Школа танцев для детей Л., 2009
4. Бекина С.И., Ломова Т.П. Музыкальное движение М. «Просвещение», 1984
5. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. С - Пб. «Детство-Пресс», 2016г.
6. Майстрова Л.Ф. Хореография, ребенок и природа. М. Издательство ГНОМ, 2012