

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 37»

Кружок

«Веселый каблучок»

(дети от 4 до 7 лет)

Составила: музыкальный руководитель
М. Г. Тельтевская

с. Покровское
2020-2022 учебный год

Пояснительная записка.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляют все более высокие требования. Это связано с изменением нормативно-правовой базы: принятие Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273 и утверждение Федеральных государственных стандартов дошкольного образования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым соответственно возрасту. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно и комплексно.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДОУ определяется через выбор хореографического направления. Данная программа строится на обширном изучении русского народного танца, наиболее понятного и доступного для детей дошкольного возраста.

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

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

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

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

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

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

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

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

Цель – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников.

Задачи:

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

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

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

Расписание дополнительной образовательной деятельности «Веселый каблучок»

Группы	Дни проведения занятий	Время проведения занятий
Первая группа (4-5 лет)	вторник, четверг	16.05-16.35
Вторая группа (6-7 лет)	Вторник, четверг	15.30 – 16.00

Содержание программы по разделам.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Перспективное планирование по хореографии.

Сроки	Программное содержание	Задачи
<p>Сентябрь Уроки 1-2</p>	<p>Знакомство с детьми. Что такое танец. Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале. Постановка корпуса. Положение рук на талии, свободная позиция ног. Танцевальный шаг с носка.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать интерес к занятиям. - Формировать общую культуру личности ребенка; - формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног. - Обучить детей танцевальному шагу с носка.
<p>Сентябрь. Уроки 3-4</p>	<p>Разминка. Повторить уроки 1-2.Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). Хлопки в такт музыки. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами, туловищем и головой . Шаг с носка, на носках. Игровой самомассаж. Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - разогреть мышцы. - формировать правильное исполнение танцевального шага. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. -научить перестраиваться из одного рисунка в другой
<p>Октябрь Уроки 5-6</p>	<p>Разминка. Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом -«Хоровод». Построение в рассыпную. Повторить уроки 1-4. Игровой самомассаж(уроки 1-2).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - разогреть мышцы. -научить перестраиваться из одного рисунка в другой
<p>Октябрь Уроки 7-8</p>	<p>Разминка. Ходьба сидя на стуле. Построение в шеренгу и колонну, передвижение в сцеплении за руки, построение в круг и передвижение по кругу. Полуприседы, подъемы на носки, полуприсед на одной ноге, другую – вперед на пятку. Музыкально-подвижная игра «Нитка-иголка». Играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Руководитель – водящий встает впереди: он «иголка», дети – «нитка». Куда иголка идет – туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, что-то обходит, где-то проползает, идет «змейкой» по кругу и т.д. Водящего можно менять. Игра выполняется под музыку и без нее. Поднимание рук – на вдохе. Свободной опускание рук - на выдохе. Речитатив: Носом - вдох, А выдох – ртом. Дышим глубже,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - разогреть мышцы. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой - научить передавать заданный образ.

	<p>А потом – Марш на месте, Не спеша, Коль погода хороша!</p>	
<p>Октябрь Уроки 9-10</p>	<p>Ходьба сидя на стуле. Хлопки в такт музыки. Построение в шеренгу («солдатики»), в круг. Передвижение по кругу в различных направлениях. Бег врассыпную. Стойка руки на пояс и за спину. Пружинные полуприседы. Танец сидя. Веселый танец-игра исполняется под музыку любой польки. Описание танца А. 1-2 – хлопки ладонками по коленям. 3-4 – хлопки в ладоши перед собой. 5-6 – «ножницы» (скрестные движения руками) справа. 7-8 – «ножницы» слева. Б. 1-2 – «погремушки» (имитация игры на погремушках) справа. 3-4 – «погремушки» слева. 5-6 – «Зайчики» (разгибание двух пальцев – «Ушки» - на правой руке, поднятой над головой). 7-8 – «зайчики» левой рукой. В. 1-2 – «пианино» (имитация игры на пианино) справа. 3-4 – «пианино» слева. 5-6 – поклоны головой вправо. 7-8 – поклоны головой влево. Г. 1-2 – топнули правой ногой. 3-4 – топнули левой ногой. 5-6 все встают. 7-8 – все садятся. Затем танец повторяется сначала. Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя.</p>	<p>- Обучить детей танцевальным движениям. - познакомить детей со штрихами музыки (staccato (оторванный), legato (связанный)) отражение их движениями: хлопками, шагами, бегом, плавными и резкими движениями головы.</p>
<p>Октябрь Уроки 11-12</p>	<p>Разминка. Перестроение из одной шеренг в несколько по распоряжению. Упражнения с погремушками. Повторить уроки 9-10. Свободные, плавные движения руками. Повторить уроки 9-10. Приставной шаг в сторону. Танец сидя. Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя. Потряхивание кистями рук.</p>	<p>- разогреть мышцы. - совершенствовать исполнение выученных движений.</p>
<p>Ноябрь Уроки 13-14</p>	<p>Разминка. Ходьба сидя на стуле. Хлопки в такт музыки. Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги несколько. Упражнения с погремушками, хлопками. Танец «Кузнечик». («Песня о кузнечике» на муз.</p>	<p>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p>

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

	<p>5-8 – полуприсед, правую руку разогнуть вперед, левую за спину («Лапу подает»).</p> <p>Проигрыш. Повторить упражнения первого куплета, но шаги – вправо по кругу и в конце – поворот лицом в круг.</p> <p>Припев. Повторить упражнения припева, но вместо трех ударов в погремушки – три удара погремушками о колени.</p> <p>Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета.</p> <p>Припев. Повторить упражнения припева.</p> <p>Проигрыш. Повторить упражнения первого куплета, но шаги влево по кругу и в конце – поворот лицом в круг.</p> <p>Припев. Повторить упражнения припева с ударами погремушками о колени. При повторном припеве уйти по кругу к своему стулу.</p> <p>Имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», столбик»).</p>	
<p>Ноябрь Уроки 19-20</p>	<p>Разминка.</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Быстро по местам!» (для закрепления строевых действий).</p> <p>Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта (счет 1 или 3 при музыкальном размере 4/4; счет 1 при музыкальном размере 2/4).</p> <p>Упражнения с погремушками или хлопками «У оленя дом большой» (французская народная песня «Большой олень»; И.Мазнин, А.Фомин) Построение лицом в круг, предмет в руках.</p> <p>Имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», столбик»).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Развить чувство ритма. - Развивать координацию движений. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - совершенствовать исполнение выученных движений.
<p>Декабрь Уроки 21-22</p>	<p>Разминка.</p> <p>Построение врассыпную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под музыку польки все прыгают.</p> <p>Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта (счет 1 или 3 при музыкальном размере 4/4).</p> <p>Танец «Кузнечик».</p> <p>Танцевальная разминка.</p> <p>Имитационно-образные упражнения в расслаблении.</p> <p>Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать. - развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта.
<p>Декабрь Уроки 23-24</p>	<p>Разминка.</p> <p>Построение в круг.</p> <p>Танцевальные шаги:</p> <p>И.П. – передвижение по кругу в сцеплении за руки.</p> <p>А. 1-8 – восемь шагов с носка по кругу вправо.</p> <p>Б. 1-8 - с поворотом налево четыре приставных шага вправо.</p> <p>В. 1-4 – полуприсед на правой ноге, левую вперед на пятку.</p> <p>5-8 – четыре хлопка в ладоши.</p> <p>Г. – повторить движение части В с другой ноги.</p> <p>Всю композицию повторить в другую сторону.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Развить музыкальный слух и чувства ритма - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Учить правильной осанке при исполнении движений.

	Музыкально-подвижная игра по ритмике «Эхо». Педагог показывает движения детям, дети повторяют: Четыре хлопка на каждый чет; Один хлопок на два счета и еще один хлопок на два; Четыре хлопка на каждый счет; Один хлопок, и держать ладони вместе на четыре. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего».	
Декабрь Уроки 25-26	Разминка. Построение в круг. Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет. Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Ритмический танец «Галоп шестерками» на приставном шаге. (Муз. «Йоксу полька»). Построение в круг. Описание танца 1-я фигура. А – Б. 1-16 – шестнадцать шагов по кругу вправо. В – Г. 1-16 – восемь приставных шагов в том же направлении. Д – З. 1-32 – повторить движения частей А – Г в другую сторону, закончить лицом в круг. 2-я фигура. А. 1-4 – два подскока на месте. 5-8 – четыре хлопка в ладоши. Б. – повторить движение части А. В. 1-4 – два удара правой ногой о поле. 5-8 – четыре хлопка в ладоши. Г. – повторить движения части В с левой ноги. Д – З. – повторить движения частей А – Д. Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели».	-Развить музыкальный слух и чувства ритма. -Обучить детей танцевальным движениям. - Развивать координацию движений. -научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз. -научить «чувствовать» пару.
Декабрь Уроки 27-28	Разминка. Хлопки в ладоши - простые и ритмические. Положение рук перед собой, вверху, внизу справа, слева, на уровне головы. «Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4 темп умеренный. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт. «шаг, приставить, шаг, каблук». Повороты вправо, влево. Ритмический танец «Галоп шестерками». Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели».	-Развить музыкальный слух и чувства ритма. -формировать правильное исполнение танцевальных шагов. -научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.
Январь Уроки 29-30	Разминка. Построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении. Различие динамики звука «громко – тихо». Под громкую музыку – ходьба, акцентируя шаг, под тихую музыку – ходьба в полуприседе – крадучись. Выполнение ОРУ под музыку с акцентом на	- Обучить детей танцевальным движениям. - познакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).

	<p>сильную долю такта – основного движения (наклона, приседа и т.д.). Ритмический танец «Танец утят» (французская народная песня). И.П. – стойка руки согнуты в стороны, ладонями вперед, лицом в круг. А. 1-4 – четыре раза согнуть пальцы в кулачок («клювики»). 5-8 – четыре раза поднять и опустить локти вниз («крылышки»). Б. 1-4 – приседая и вставая, четыре раза колени вправо – влево («хвостики»). 5-8 – четыре хлопка перед собой. В – Г – повторить движения частей А – Б. Припев. А. 1-8 – восемь подскоков по кругу, держась за руки. Б. – повторить движения части А. В – Г – повторить движения частей А – Б в другую сторону. Имитационно-образные упражнения на дыхание: «насос»: 1-4 – на вдохе через нос руки поднять до уровня груди, ладонями вниз; 5-8 – на выдохе через рот руки вниз, ладонями вниз. Повторить 3-4 раза.</p>	<p>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p>
<p>Январь Уроки 31-32</p>	<p>Разминка. Маршировка (шаг с носка, на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад. Перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2, 4). Ритмический танец «Танец утят». Имитационно-образные упражнения на дыхание: «насос»: 1-4 – на вдохе через нос руки поднять до уровня груди, ладонями вниз; 5-8 – на выдохе через рот руки вниз, ладонями вниз. Повторить 3-4 раза.</p>	<p>- Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Развивать координацию движений.</p>
<p>Январь Уроки 33-34</p>	<p>Разминка. Маршировка (шаг с носка, на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад. Перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2, 4). Упражнение «Хоровод» (песня «От улыбки»), В. Шаинский, М. Пляцковский). Описание танца Вступление. И.П. – стоя по кругу, держась за руки. Первый куплет. А. 1-8 – восемь шагов вправо по кругу. Б. 1-8 – восемь шагов по кругу на носках. В. – повторить движения части А в другую сторону. Г. – повторить движения части Б в другую сторону. Припев.</p>	<p>-формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - научить передавать заданный образ. - формировать умение вытягивать, сокращать стопу.</p>

	<p>А. 1-4 – четыре шага вперед, поднимая руки вверх. 5-8 – четыре шага назад – руки вниз.</p> <p>Б. 1-8 – «...И кузнечик запиликает на скрипке...» - изображают игру на скрипке.</p> <p>В. 1-8 – восемь махов рукми в сцеплении вперед – назад.</p> <p>Г. 1-8 – рук вверх в сцеплении (изображают дружбу), посмотреть друг на друга.</p> <p>Д. – повторить движения части В.</p> <p>Е. – повторить движения части Г.</p> <p>Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета.</p> <p>Припев. Повторить упражнения припева.</p> <p>Третий куплет. Повторить упражнения первого куплета.</p> <p>Припев. Повторить упражнения припева.</p> <p>Специальные упражнения на развития силы мышц.</p> <p>Морские фигуры: «морская звезда» - лежа на животе, прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь; «морской конек» - сед на пятках, руки за голову; «краб» - передвижение в упоре стоя согнувшись, ноги согнуты врозь; «дельфин» - лежа на животе, прогнувшись, руки вверх и в «замок».</p>	
<p>Январь Уроки 35-36</p>	<p>Разминка.</p> <p>Построение в шеренгу и колонну по распоряжению.</p> <p>Перестроение из одной шеренги в несколько по команде.</p> <p>«У оленя дом большой» уроки 17-18 «Хоровод» уроки 31-32.</p> <p>Специальные упражнения на развития силы мышц.</p> <p>Морские фигуры: «морская звезда» - лежа на животе, прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь; «морской конек» - сед на пятках, руки за голову; «краб» - передвижение в упоре стоя согнувшись, ноги согнуты врозь; «дельфин» - лежа на животе, прогнувшись, руки вверх и в «замок».</p>	<p>-формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - научить передавать заданный образ.</p>
<p>Февраль Сюжетный урок 37 «Поход в зоопарк»</p>	<p>Ход урока</p> <p>Дети входят под песню о зоопарке (М.Гусев).Все строятся в колонну и идут дружно, не отставая. Игра «Нитка - иголка» (уроки 7-8).</p> <p>В клетках зоопарка сидят разные звери.</p> <p>«медведь» - ходьба на внешнем и внутреннем своде стопы; «пантера» - мягкий шаг; «цапля» - ходьба с высоким подниманием колена; «орлы» - повороты головы; «кошечка» - «котенок выгибает спину»(тянется); «змея» - упор лежа на бедрах, поворот головы налево – направо (змея шипит); «собачка» - упор стоя согнувшись; виляет «хвостиком» - таз влево - вправо;</p>	<p>-способствовать развитию творческих способностей, выдумки, фантазии; -закрепить выполнение упражнений танцевально-ритмической гимнастики «Хоровод»; Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентировки в пространстве.</p>

	<p>«лев» - лежит и греется на солнышке.</p> <p>3.Общеразвивающие упражнения на полу под песню Львенка и Черепахи (Ген.Гладкова и С.Козлова) «Я на солнышке лежу».</p> <p>4.Все ребята очень стараются вести себя хорошо и дружелюбно, ведь доброта – это самое хорошее качество. Быть добрым – значит улыбаться, а от улыбки всем становится теплей: и слону и даже маленькой улитке. Все встают в дружный хоровод и танцуют.</p> <p>Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Хоровод» .</p> <p>Организованный выход из зала – «уход домой».</p>	
<p>Февраль Уроки 38</p>	<p>Разминка. Построение врассыпную. Ритмические хлопки в ладоши. Тройные притопы. «Пружинка» с наклонами в головы. Движение «Баю-бай», приставные шаги с приседанием. «Танцевальная - ритмическая гимнастика «Чебурашка» (песня «Чебурашка», В.Шаинский, Э.Успенский). Описание танца Вступление. 1-8 – И.П. – основная стойка. 1-4 – основная стойка. Первый куплет. А. 1-4 – подняться на носки, руки дугами наружу в стороны – кверху. 5-8 – опуститься на всю стопу в круглый полуприсед, руки дугами наружу расслабленно вниз. Б. – повторить движения части А. В. «Теперь я Чебурашка...» 1-2 – полуприсед с поворотом туловища налево, руки согнуть вперед, большой палец к ушам, остальные пальцы вместе, ладонями вперед («уши Чебурашки»)). 3-4 – с поворотом И.П. встать, руки вниз. 5-6 – полуприсед с поворотом туловища направо, руки согнуть вперед, кисти вниз («дворняжка»)). 7-8 – с поворотом в И.П. встать, руки вниз. Г. 1-8 – в стойке ноги врозь поворот переступанием на пятках налево на 360 градусов – с наклоном туловища в сторону на каждый шаг, руки согнуть в стороны, пальцы в стороны. Д. – повторить движения части В. Е. – повторить движения части Г, только поворот переступанием выполнить в другую сторону и остаться в стойке ноги врозь. Второй куплет. А. 1-2 – в стойке ноги врозь поворот туловища налево, руки внизу расслаблены. 3-4 – поворот туловища направо, руки расслаблены. 5-8 – повторить счет 1-4. Б. 1-4 – медленно упор присев. 5-8 – скольжением ног назад лечь на живот, правая</p>	<p>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Развить чувство ритма. - Обучить детей танцевальным движениям.</p>

	<p>согнутая рука на левой, подбородок на предплечье. В. 1-2 – согнуть правую ногу назад. 3-4 – поменять И.П. ног. 5-8 – повторить счет 1-4. Г. 1-4 – повторить движения части В, счет 1-4. 5-6 – поменять И.П. ног. 7-8 – разогнуть правую ногу. Д. 1-2 – разогнуть руки в упор лежа прогнувшись. 3-4 – толчком ног упор присев. 5-8 – медленно встать в основную стойку. Третий куплет. Повторить упражнения первого куплета, в конце принять основную стойку. Специальные упражнения на развития гибкости – морские фигуры: «улитка» - упор лежа на спине, касание ногами за головой; «морской лев» - упор сидя между пятками, колени врозь; «уж» - сед с предельно разведенными врозь ногами , руки на пояс; «морской червяк» - упор стоя согнувшись.</p>	
<p>Февраль Уроки 39-40</p>	<p>Разминка. Ритмические хлопки в ладоши. Тройные притопы. «Пружинка» с наклонами в головы. Движение «Баю-бай», приставные шаги с приседанием. Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо» Танцующие стоят в кругу, взявшись за руки. Ребята поют песенку и выполняют те движения, о которых поют: Мы пойдем сначала вправо: раз, два, три! А потом пойдем налево: раз, два, три! А потом все соберемся: раз, два, три!(идут в круг). А потом все разойдемся: раз, два, три!(идут из круга). А потом мы все присядем: раз, два, три!(приседают) А потом все дружно встанем: раз, два, три!(встают) А потом мы все станцуем: раз, два, три! А потом еще станцуем: раз, два. Три!(выполняют произвольные движения) «Танцевальная - ритмическая гимнастика «Чебурашка». Специальные упражнения на развития гибкости – морские фигуры: «улитка» - упор лежа на спине, касание ногами за головой; «морской лев» - упор сидя между пятками, колени врозь; «уж» - сед с предельно разведенными врозь ногами , руки на пояс; «морской червяк» - упор стоя согнувшись.</p>	<p>- научить импровизировать. - формировать правильную осанку. - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p>
<p>Февраль Уроки 41-42</p>	<p>Разминка. Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы, Хлопки, притопы в паре, кружение в паре. Выпады. Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо»</p>	<p>- Развить чувство ритма. - Развить чувство ритма. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>

	<p>«Танцевальная - ритмическая гимнастика «Чебурашка».</p> <p>Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме («Ладочки-мочалки», «Смываем водичкой руки, ноги»).</p>	
<p>Февраль Уроки 43-44</p>	<p>Разминка.</p> <p>Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы, Хлопки, притопы в паре, кружение в паре. Выпады.</p> <p>Ритмический танец «Танец утят»</p> <p>Музыкально – подвижная игра «Совушка»</p> <p>Выбирается водящий – совушка. Ее гнездо находится в стороне от площадки. Играющие стоят на площадке. Совушка сидит в гнезде.</p> <p>По сигналу руководителя –«День наступает – все оживает» - дети ходят бегают, подражают полету бабочек, птиц, жуков. По сигналу: «Ночь наступает – все замирает» играющие замирают, останавливаясь в той позе, в которой их застал сигнал. Совушка выходит охотиться и шевельнувшихся уводит в гнездо. Играющие опять оживают. Совушка меняется через две-три игры. Игра проводится под музыку: «день...» - музыка звучит громко, «ночь...» - музыка звучит тихо.</p> <p>Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме («Ладочки-мочалки», «Смываем водичкой руки, ноги»).</p>	<p>- Развить чувство ритма.</p> <p>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p> <p>- продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).</p>
<p>Март Уроки 45-46</p>	<p>Разминка.</p> <p>Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы.</p> <p>Маршировка (шаг с носка, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна, полукруг.)</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Найди предмет».</p> <p>Построение в круг. У кого-то из детей спрятан предмет. Водящий под музыку обходит детей и ищет предмет. По мере приближения к предмету музыка звучит громче, и наоборот. Выигрывает ребенок, который лучше ориентируется в динамике звука «громко – тихо» и быстрее найдет предмет.</p> <p>Ритмический танец полька «Старый жук» (музыка из кинофильма «Золушка»).</p> <p>И.П. – лицом в круг, стойка руки на пояс.</p> <p>А. 1 – правую ногу вперед на носок.</p> <p>2 – притоп правой ноги.</p> <p>3 – левую ногу вперед на носок.</p> <p>4 – притоп левой ногой.</p> <p>5-8 – повторить счет 1-4.</p> <p>Б. 1-3 – три шага вперед.</p> <p>4 – приставить ногу.</p> <p>5-7 – три хлопка в ладоши.</p> <p>8 – руки на пояс.</p> <p>В. - повторить движения части А.</p>	<p>- развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта.</p> <p>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>- продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).</p>

	Г. – повторить движения части Б, но шаги назад. Потряхивание кистями рук. Сед руки за спину. Расслабление рук с выдохом.	
Март Уроки 47-48	Разминка. Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы. Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные. Ритмический танец полька «Старый жук» (музыка из кинофильма «Золушка»). Музыкально-подвижная игра «Найди предмет». Потряхивание кистями рук. Сед руки за спину. Расслабление рук с выдохом.	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано).
Март Уроки 49-50	Разминка. Построение в две шеренги напротив друг друга по распоряжению. Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные. Музыкально-подвижная игра «Эхо». В положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз.	- научить перестраиваться из одного рисунка в другой - Развивать координацию движений. - Развить чувство ритма.
Март Урок 51	Разминка. Построение в две шеренги напротив друг друга по распоряжению. Ходы – простой с носка, «елочка», шаркающий шаг. Исполнение движений с одновременной работой рук. Музыкально подвижная игра «Отгадай, чей голосок?». В положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз.	- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить внимание, быстроту реакции.
Март Сюжетный урок 52 «В гости к Чебурашке»	Ход урока Дети входят в зал под песню «В мире много сказок» (В.Шаинской, Ю.Энтин).Педагог встречает их со словами «Сегодня мы с отправляемся путешествовать в мир сказки, в гости к Чебурашке. Жители государства сказочного, волшебного и загадочного, веселого, говорливого, забавного и счастливого приветствуют дружно нас и в гости ждут сейчас!» «Сказочный лес» - дети идут в обход по залу, выполняя различные движения: проходят речку (ходьба по скамейке), болото (прыжки), пещеру(переползания)», «переплывают озеро»(имитация движений руками). 2. «Сказочная зарядка». Для того чтобы набраться сил, дети выполняют комплекс зарядки. Упражнение «Перестроение»: Слушай сказочный народ, Собираемся на сход. Поскорее в строй(круг) вставайте И зарядку начинайте!	-совершенствовать выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка». -закрепить выполнение группировки в положении лежа -содействовать развитию танцевальности, координации движений.

Упражнение «Потягивание»:

Потягушка, потянись!
Поскорей, скорей проснись!
День настал давным-давно,
Он стучит в твоё окно.

Упражнение «Наклоны»:

Буратино потянулся,
Раз прогнулся, два нагнулся,
Зашагал и по порядку
Начал делать он зарядку.
Упражнение «Царя Гороха», или упражнение для
мышц шеи и туловища:
Давным-давно жил царь Горох
И делал каждый день зарядку.
Он головой крутил - вертел
И танцевал вприсядку.
Плечами уши доставал
И сильно прогибался,
Он руки к небу поднимал,
За солнышко хватался.

Упражнение «Дровосек»:

Чтобы лучше мне шагать,
Сделаю зарядку:
Помахая топором
Я для вас, ребятки,
Ноги в сторону поставлю,
Вниз и вверх махну руками.

Упражнение «Выпады»:

Иван – Царевич, вот герой!
Смело он вступает в бой,
Волшебным он взмахнет мечом,
И змей – Горыныч нипочем.
Сделал выпад раз и два –
Отлетела голова.
Еще выпад три – четыре –
Отлетели остальные.

Упражнение «Прыжки»:

Вот лягушка на дорожке –
У нее озябли ножки.
Чтобы ей помочь быстрее,
Мы попрыгаем за ней.
Будем вместе с ней играть,
Чтобы ей царевной стать.

Упражнение «Потопаем»:

Шел король по лесу, по лесу,
Нашел себе принцессу, принцессу.
Давай с тобой попрыгаем, попрыгаем,
Еще разок порыгаем, попрыгаем
И ручками похлопаем, похлопаем,

	<p>И ножками потопаем, потопаем.</p> <p>3.Танец «Мы пойдем сначала вправо». Дети отправляются в путь.</p> <p>4. Звучит песня Бабы – Яги (на слова В.Александрова – кассета «Песни лукоморья»). Педагог читает письмо от Бабы-Яги, в котором говорится, что она превратила всех детей в Ежиков. Игра «Совушка»</p> <p>5. Расколдовать детей поможет сказочный герой Чебурашка. Мы станцуем и споем, А потом домой пойдем. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка».</p> <p>6. Ходьба с песней. Подведение итогов занятия. Организованный выход из зала.</p>	
Апрель Уроки 53-54	<p>Разминка. Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в круг. Хлопки на каждый счет и через счет. Выполнение ОРУ под музыку с притопом под сильную долю такта. И.П. – стойка, руки на пояс. 1-2 – наклон вперед. 3-4 – выпрямиться. 5 – притоп. 6-8 – пауза. Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую». Данное упражнение – импровизация для детей. Необходимо создать определенные условия для выполнения свободных движений по желанию и возможности детей. При необходимости музыкальное произведение можно заменить другим. (Пластика «Девочка на шаре», песня «Я танцую», В.Дашкевич, Ю.Михайлов). В положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вытягивание рук вверх, ног вниз.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - развить внимание, быстроту реакции. - развить внимание, быстроту реакции. - Формировать навык «легкого шага»
Апрель Уроки 55-56	<p>Разминка. Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие шаги на месте, хлопки в разных ритмических рисунках. Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую». Расслабление рук и потряхивание кистями.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - развивать воображение, фантазию. - развить артистизм.
Апрель Уроки 57-58	<p>Разминка. Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие шаги на месте, хлопки в разных ритмических рисунках. Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую» Музыкально-подвижная игра «Эхо» . Сидя поглаживание рук, ног с расслаблением в конце в образно-игровой форме.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - развивать воображение, фантазию. - развивать творческие способности детей.
Апрель	Разминка.	- Развить чувство ритма.

<p>Уроки 59-60</p>	<p>Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в круг. Хлопки на каждый счет и через счет. Шаг на каждый счет и через счет. – шаг вперед с левой; – держать; – шаг вперед с правой; – держать. Танец «Матушка-Россия» (поет Т.Буланова, аудиокассета «Мое русское сердце»). Описание танца Вступление. И.П – стойка руки в стороны – книзу, кист на себя. А. 1-4 – четыре пружинистых шага вперед. 5-6 – два пружинистых полуприседа с поворотом туловища направо и двумя движениями согнутыми руками вниз. 7-8 – повторить счет 5-5 в другую сторону. Б. – повторить движения части А. Первый куплет. А. 1-3 – три шага вперед, постепенно раскрывая руки в стороны. 4 – приставить с акцентом ногу, руки в стороны. 5-7 – три шага назад, руки через вторую позицию на пояс («закрывать») 8 – с акцентом приставить ногу. Б. – повторить движения части А счет 1-7, счет 8 – руки перед собой. В. 1-2 – приставной шаг вправо. 3 – шаг право. 4 – левую на пятку в сторону с наклоном туловища влево. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону, приставные шаги. Г. – повторить движения части В. Припев. А. 1 – правую ногу вперед на пятку, руки на пояс. 2 – приставить правую ногу с акцентом. 3-4 – «тройной притоп» (или три беговых шага на месте с высоким подниманием бедра). 5-6 – три раза (5-и-6) опустить и поднять плечи, руки в стороны – книзу, кисть на себя. 7-8 – повторить счет 5-6. Б. – повторить движения части А с другой ноги. В. 1-2 – на шаг правую ногу в сторону, правую руку в сторону –верху. 3-4 – приставить левую ногу, правую руку согнуть к левому плечу, локоть вперед. 5-8 – «Русский поклон» вперед. Г. – повторить движения части В в другую сторону. Проигрыш. Повторить вступление, стоя на месте. Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета. Припев. Повторить упражнения припева.</p>	<p>- Обучить детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы.</p>
--------------------	--	--

	<p>Припев. Два раза выполнить упражнения куплета. Проигрыш. Повторить упражнения вступления, выполняя шаги вперед, затем тоже назад – 2 раза. Припев. Два раза повторить упражнения припева. Проигрыш. Повторить упражнения вступления на месте и тоже с уходом назад. Сидя поглаживание рук, ног с расслаблением в конце в образно-игровой форме.</p>	
<p>Май Уроки 61-62</p>	<p>Разминка. Передвижение в обход шагом и бегом. Бег по кругу и ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога с использованием речетатива: Светофор горит всегда! Красный свет – идти нельзя! Желтый свет – идти готов! Свет зеленый – я иду и до линии дойду! (Через одного идут до линии.) Хлопки на каждый счет и через счет. Шаг на каждый счет и через счет. Танец «Матушка-Россия». Раскачивание руками из различных исходных положениях .</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Продолжить обучать детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Развивать координацию движений. - Учить строить рисунки танца. - формировать умение ориентироваться в пространстве
<p>Май Уроки 63-64</p>	<p>Разминка. Маршировка (шаг с носка, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, галоп подскоки. Перестроения – две шеренги, «шторки», круг, змейка.) Танец «Матушка-Россия» . Имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа. На четыре счета - вдох, на четыре счета -выдох. Речитатив: Руки к солнцу поднимаю И вздыхаю, и вздыхаю. Опускаю руки вниз, Выдох – паровоза свист. На четыре – вдох глубокий, На четыре – выдох. Раз, два, три, четыре, Раз, два, три, четыре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Продолжить обучать детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений.
<p>Май Уроки 65-67</p>	<p>Разминка. Повторение пройденного материала. Имитационные, образные упражнения на дыхание в положении лежа. На четыре счета - вдох, на четыре счета -выдох. Речитатив: Руки к солнцу поднимаю И вздыхаю, и вздыхаю. Опускаю руки вниз, Выдох – паровоза свист. На четыре – вдох глубокий, На четыре – выдох. Раз, два, три, четыре, Раз, два, три, четыре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - развивать воображение, фантазию. - развить артистизм.

Май Уроки 68-69	Отчетный концерт танцевального кружка.	
--------------------	--	--

Содержание программы
Второй год обучения.

	Программное содержание	Задачи
Сентябрь Уроки 1-2	Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Переменный - скользящий шаг. Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую»	- Формировать общую культуру личности ребенка; - вспомнить, закрепить материал прошлого года. - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать.
Сентябрь Уроки 3-4	Разминка Переменный - скользящий шаг. Комбинированные упражнения в стойках: И.П. – основная стойка. 1-2 – встать на носки, дугами наружу, руки вверх с хлопком над головой. 3-4 – И.П. с хлопком руками о бедра. И.П. – стойка ноги врозь, руки на пояс. 1-2 – с поворотом туловища направо руки в стороны. 3-4 – И.П. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону. И.П. – стойка ноги врозь, руки в стороны. 1-2 – наклон вперед к правой ноге, с хлопком под ней. 3-4 – И.П. 5-8 – повторить счет 1-4, к другой ноге. Приседы: И.П. – стойка, руки вверх. 1-2 – упор присев. 3-4 – встать в И.П. И.П. – основная стойка. 1-2 – присед, руки вперед. 3-4 – присед, руки в стороны. 7-8 – И.П. Наклон мальчика, реверанс девочки.	-разогреть мышцы; - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - формировать правильную осанку.
Октябрь Уроки 5-6	Разминка Построение в шеренгу и колонну. Повороты направо, налево по распоряжению. Ходьба на каждый счет и через счет. Построение по ориентирам. Бальный танец «Конькобежцы». Музыка любой польки. Вступление. 1-4 – наклон мальчика. 5-8 – реверанс девочки. И.П. – стоя в парах по кругу по линии танца, мальчик слева, девочка справа, руки впереди скрестно в сцеплении. А. 1-2 – переменный – скользящий шаг вперед с правой ноги. 3-4 – повторить счет 1-2 с левой ноги. 5-8 – четыре шага вперед с правой ноги. Б. повторить движения части А, в конце на счет 8 приставить левую ногу с поворотом лица друг к другу	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Научить правильно исполнять движения.

	<p>(боком по линии танца). В. 1-2 – переменный скользящий шаг вправо с правой ноги. 3-4 – повторить счет 1-2 влево. 5-8 – четыре шага по кругу, смене мест, правые руки в сцеплении вверху (3-я позиция рук). Г. Повторить движения части В, в конце принять И.П. для начала танца. Специальные упражнения для развития мышечной силы в образных двигательных действиях и заданиях. Чтоб красиво нам ходить, Надо мышцы укрепить, Живот и спинку подкачаем, Осанку гордую поставим.</p>	
Октябрь Уроки 7-8	<p>Разминка. Ходьба на каждый счет и через счет. Шаг галопа вперед и в сторону. Бальный танец «Конькобежцы». Специальные упражнения для развития мышечной силы в образных двигательных действиях и заданиях. Чтоб красиво нам ходить, Надо мышцы укрепить, Живот и спинку подкачаем, Осанку гордую поставим.</p>	<p>-развить чувство ритма. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.</p>
Октябрь Уроки 9-10	<p>Разминка. Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по распоряжению. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец «Полька» (музыка «Йоксу – полька»). И.П. – стойка лицом в круг в сцеплении за руки. А. 1 – правую ногу вперед на носок. 2 – притоп правой ногой. 3-4 – повторить счет 1-2 с левой ноги. 5-8 – повторить счет 1-4. Б. 1-4 – четыре шага галопа вправо. 5-8 – четыре прыжка на месте. В. – повторить движения части А. Г. – повторить движения части Б, выполняя шаги галопа влево. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.</p>	<p>- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма.</p>
Октябрь Уроки 11-12	<p>Разминка. Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по распоряжению. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец «Полька». Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.</p>	<p>- Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма.</p>
Ноябрь Уроки 13-14	<p>Разминка. Построение в шеренгу. Перестроение из одной колонны в</p>	<p>- Учить правильной осанке при исполнении</p>

	<p>несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец «В ритме польки» (музыка любой польки). И.П. – по кругу лицом по линии танца (левым боком к центру), руки на пояс. А. 1 – правую ногу вперед на носок. 2 – притоп правой ногой. 3-4 – повторить счет 1-2 с левой ноги. 5-8 – повторить счет 1-4. Б. 1-8 – четыре шага польки вперед с правой ноги, по линии танца. В. 1-6 – с поворотом налево (лицом в круг) шесть шагов галопа вправо. 7-8 – широкий приставной шаг вправо. Г. 1-4 – четыре шага с подскоком на месте, с хлопками на каждый шаг, правая рука вверх, левая рука вниз, и наоборот. 5-6 – приставить ногу, два хлопка в ладоши. 7-8 – полуприсед, два хлопка о колени. С поворотом налево (правым боком к центру) танец повторяется с другой ноги в другую сторону. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. И.П. – стойка ноги врозь. 1-2 – наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу («насос») – вдох. 3-4 – И.П. – выдох. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону. Речитатив: Это очень просто: Покачай насос ты, Налево - направо, руками скользя, Назад и вперед – наклониться нельзя. Вжик – вжик! Вжик – вжик!</p>	<p>движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.</p>
<p>Ноябрь Уроки 15-16</p>	<p>Разминка. Построение в шеренгу. Поворот по распоряжению в колонну. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Танцевальные позиции рук: на пояс и перед грудью. Перевод рук из одной позиции в другую. Ритмический танец «В ритме польки». Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. И.П. – стойка ноги врозь. 1-2 – наклон вправо, правая рука скользит вниз, левая рука скользит вверх по туловищу («насос») – вдох. 3-4 – И.П. – выдох. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону. Речитатив: Это очень просто:</p>	<p>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. -Развить чувство ритма. - научить передавать заданный образ.</p>

	<p>Покачай насос ты, Налево - направо, руками скользя, Назад и вперед – наклониться нельзя. Вжик – вжик! Вжик – вжик!</p>	
<p>Ноябрь Уроки 17-18</p>	<p>Разминка. Построение в шеренгу. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Танцевальные позиции рук: на пояс и перед грудью. Перевод рук из одной позиции в другую. Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения. Выразить характер музыкального произведения в движениях. (Веселый характер – прыжки, танец; грустный характер – ходьба опустив голову; героический характер – ходьба строевая, руки вверху наружу и т.д.). Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Речитатив: Шалтай – Болтай Сидит на стене, Шалтай – Болтай Свалился во сне.</p>	<p>- научить передавать заданный образ. -научить слушать музыку, ее характер, темп. -Развить чувство ритма.</p>
<p>Ноябрь Уроки 19-20</p>	<p>Разминка. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Ритмический танец «Модный рок» (музыка – любая современная – диско): А. «Приставные шаги» 1-4 – два приставных шага: мальчик - влево, девочка – вправо. 5-8 – два приставных шага в другую сторону. Б. «Поворот» Мальчики повторяют движения част А, левой рукой помогают выполнить поворот девочке. Девочки – 1-4 – выполняют поворот на шагах вправо на 360 градусов под правой рукой. 5-8 – то же, поворот в другую сторону. В.»Кик» И.П. – закрытая позиция. 1 – «кик» (согнуть и разогнуть ногу) левой скрестно. 2 – приставить ногу. 3 – «кик» правой скрестно. 4 – приставить правую. 5-8 – повторить счет 1-4. Г. «Расхождение» И.П. – закрытая позиция. 1 – по диагонали шаг правой назад (друг от друга расходятся). 2 – шаг левой скрестно впереди. 3 – шаг правой по диагонали назад с поворотом направо. 4 – «кик» левой с хлопком рук справа. 5 – шаг левой в сторону (сходятся друг другу). 6 – шаг правой скрестно впереди. 7 – шаг левой.</p>	<p>-развить умение «держат» интервалы; - формировать правильную осанку. - формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p>

	<p>8 – приставить правую и стать в И.П. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Речитатив: Шалтай – Болтай Сидит на стене, Шалтай – Болтай Свалился во сне.</p>	
<p>Декабрь Уроки 21-22</p>	<p>Разминка. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Пружинистые движения ногами на полуприседе. Русский переменный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг «припадание». Ритмический танец «Макарена» (на одноименную музыку). И.П. – узкая стойка ноги врозь, руки на пояс. А. 1-2 – правую руку вперед. 3-4 – левую руку вперед. 5-6 – правую руку вперед ладонью кверху. 7-8 – левую руку вперед ладонью кверху. Б. 1-2 – правую руку на левое плечо. 3-4 – левую руку на правое плечо. 5-6 – правую руку за голову. 7-8 – левую руку за голову. В. 1-2 – правую руку на левое бедро. 3-4 – левую руку на правое бедро 5-6 – правую руку в упор за спину (ладонь упирается в спину). 7-8 – левую руку в упор за спину. Г. 1-4 – два раза покачивание бедрами вправо – влево. 5-6 – круговое движение тазом (или два хлопка перед собой). 7-8 – прыжок с поворотом направо, в И.П. Все движения частей А, Б и В можно делать на пружинистых движениях ногами, поочередно сгибая то правую, то левую ногу. Танцевальные движения можно выполнять в быстром темпе, на каждый счет. Потряхивание ногами в положении лежа.</p>	<p>- Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ.</p>
<p>Декабрь Уроки 23-24</p>	<p>Разминка. Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам. Комбинации из изученных танцевальных шагов. И.П. – круг в сцеплении за руки. А.1-4 – два русских попеременных шага с правой ноги по линии танца. 5-8 – четыре шага с притопом с правой по линии танца. Б. 1-4 – с поворотом налево четыре шага с носка с правой ноги к центру круга, руки вниз. 5-8 – четыре шага назад с правой ноги, руки вверх и в И.П. для выполнения танцевальной композиции в другую сторону. Ритмический танец «Макарена».</p>	<p>-Обучить детей танцевальным движениям русского танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>

	Потряхивание ногами в положении лежа.	
Декабрь Уроки 25-26	<p>Разминка.</p> <p>Выполнение ходьбы по кругу на каждый счет и через счет.</p> <p>Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету (например: «красный», «синий», «зеленый») и ориентирам (флажки, мячи, кегли того же цвета).</p> <p>Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками:</p> <p>Взмахи лентой вверх – вниз;</p> <p>Круги лентой в лицевой и боковой плоскостях;</p> <p>Горизонтальные и вертикальные «змейки» лентой.</p> <p>Ритмический танец «Русский хоровод» (музыка «Русский лирический», Б. Карамышев)</p> <p>Описание танца</p> <p>И.П. – круг в сцеплении за руки</p> <p>А1-8 – четыре русских попеременных шага с правой по линии танца.</p> <p>Б. 1-8 – четыре русских шага – «припадание» правым боком по линии танца.</p> <p>В. 1-8 – четыре шага с притопом к центру круга.</p> <p>Г. – повторить движения части В, двигаясь от центра круга.</p> <p>Повторить танец в другую сторону с другой ноги.</p> <p>Потряхивание ногами в положении стоя.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца.
Декабрь Урок 27	<p>Разминка.</p> <p>Выполнение ходьбы по кругу на каждый счет и через счет.</p> <p>Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету (например: «красный», «синий», «зеленый») и ориентирам (флажки, мячи, кегли того же цвета).</p> <p>Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками:</p> <p>Взмахи лентой вверх – вниз;</p> <p>Круги лентой в лицевой и боковой плоскостях;</p> <p>Горизонтальные и вертикальные «змейки» лентой.</p> <p>Ритмический танец «Русский хоровод» (музыка «Русский лирический», Б. Карамышев)</p> <p>Описание танца</p> <p>И.П. – круг в сцеплении за руки</p> <p>А1-8 – четыре русских попеременных шага с правой по линии танца.</p> <p>Б. 1-8 – четыре русских шага – «припадание» правым боком по линии танца.</p> <p>В. 1-8 – четыре шага с притопом к центру круга.</p> <p>Г. – повторить движения части В, двигаясь от центра круга.</p> <p>Повторить танец в другую сторону с другой ноги.</p> <p>Потряхивание ногами в положении стоя.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца.
Декабрь	Ход урока.	-закрепить выполнение

<p>Сюжетный урок 28 «Путешествие на Северный полюс»</p>	<p>Организованный вход в зал под песню «Полный вперед» (Г.Гладкова). Построение в шеренгу. Педагог говорит, что сегодня на уроке они отправляются на Северный полюс. Путешествовать будут на кораблях (скамейках). Перестроение в колонну и сед верхом на скамейки. Педагог выбирает капитанов кораблей («кораблям можно дать названия»). Прежде чем начать путешествие, нужно проверить физическую подготовку экипажа.</p> <p>«Проверка физической подготовки»: «выбегание по трапу» - ходьба по скамейке с различным положением рук; «лазание по реям» - лазание по реям в упоре стоя на коленях.</p> <p>«Подготовка к отплытию». Комплекс общеразвивающих упражнений на скамейке под музыку (Г. Гладков) «Морская песенка! (имитация движения грабли, лазания и др.), а также использовать движения танца сидя.</p> <p>«Прибытие на Северный полюс». Высадка экипажей (уборка скамеек).</p> <p>Полюбуйся, посмотри, Полюс где-то впереди. Там сверкает снег и лед, Там сама Зима живет.</p> <p>Погода на Севере переменчивая, холодная, путешественников встречает вьюга. Игра «Северный и южный ветер».</p> <p>Играющие располагаются свободно по площадке. Выбираются двое водящих, одному дается синий платочек или ленточка, другому красный. Тот, у кого синий платочек («северный ветер»), пятнает детей, и они остаются на месте – их «заморозили», а водящий с красным платочком («южный ветер») дотрагивается до «замороженных» детей и они, «оттаивая», снова включаются в игру. Водящих может быть разное количество детей – двое с синим платочком и один – с красным, и т.д.</p> <p>4. «Исследование новой земли».</p> <p>Нам в лицо летят снежинки, А на льду одни картинки. Дружно встанем на коньки, Ну, попробуй догони!</p> <p>Перестроение парами. Танец «Конькобежцы».</p> <p>5. Построение по экипажам. Все садятся на корабли и отправляются обратно. Выполняют упражнения на восстановление дыхания и на расслабление мышц.</p> <p>Все захлопали в ладоши Дружно, веселее. Застучали наши ножки Громче и быстрее. Мы в ладоши хлоп-хлоп, Мы ногами топ-топ, Руки мы поднимем выше И легко-легко подышим. Вот к земле подходит флот – Наш корабль домой идет!!!</p>	<p>танца конькобежцы; -способствовать развитию ловкости, быстроты и ориентировки в пространстве; -содействовать развитию внимания и равновесия.</p>
---	--	---

	6. Подведение итогов урока. Организованный выход из зала под песню «Полный вперед».	
Январь Уроки 29-30	<p>Разминка.</p> <p>Выполнение бега по кругу на каждый счет и через счет – небольшими прыжками с ноги на ногу («по кочкам»).</p> <p>Основные положения и движения в упражнениях с лентой</p> <p>.</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» - упражнение с двумя лентами. (Песня «Облака» - В.Шаинский, С.Козлов).</p> <p>Описание танца</p> <p>Вступление.</p> <p>А.1-8 - И.П. – стойка, ленточки в обеих руках внизу, хват за концы лент, кольцо или палочку.</p> <p>Б. 1-8 – горизонтальные «змейки» ленточками перед собой.</p> <p>Первый куплет.</p> <p>А. 1 – взмах правой ленточкой вверх.</p> <p>2 – И.П.</p> <p>3-4 – повторить счет 1-2.</p> <p>5-8 – повторить счет 1-4 левой ленточкой.</p> <p>Б. 1 – взмах двумя ленточками вверх.</p> <p>2 – И.П.</p> <p>3-4 – повторить счет 1-2.</p> <p>5-8 – горизонтальные «змейки» ленточками, полуприседая и вставая, в конце стойка руки в стороны.</p> <p>Припев.</p> <p>А. 1-4 – круг ленточками книзу в лицевой плоскости (перед собой), в конце руки вниз.</p> <p>5-7 – с полуповоротом туловищем направо полуприсед, руки согнуть вперед («лошадки»), ленточки висят.</p> <p>8 – встать, руки с ленточками в стороны.</p> <p>Б. – повторить движения части А, счет 1-4 с полуповоротом в другую сторону, в конце руки за спину.</p> <p>В. 1-4 – повторить движения части А, счет 1-4, в конце руки за спину.</p> <p>5-6 – правую ленточку в сторону, поворот головы направо.</p> <p>7-8 – левую ленточку в сторону, поворот головы налево.</p> <p>Г. 1-2 – наклон налево.</p> <p>3-4 – наклон направо.</p> <p>5-8 – повторить счет 1-4, в конце ленточки вниз.</p> <p>Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета.</p> <p>Припев. Повторить упражнения припева – части А-Г; Д-Е – повторить В-Г. В конце припева горизонтальные «змейки» ленточками перед собой, приседая и вставая. В конце песни ленточки в стороны.</p> <p>Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят».</p> <p>И.п. – сед на пятках, руки вниз.</p> <p>1-2 – плавно поднять руки вперед – кверху (вдох).</p> <p>3-4 – плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: «ш-ш-ш!»).</p>	<p>- развить чувство ритма.</p> <p>-Научить правильно исполнять движения.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p>
Январь Уроки 31-32	<p>Разминка.</p> <p>Перестроение в шеренгу. Размыкание по ориентирам (на</p>	<p>- Учить правильной осанке при исполнении</p>

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

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

	<p>Поглаживание и растирание правой руки левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук поглаживание и растирание груди.</p> <p>Речитатив: Я мочалочку возьму И ключицу разотру, И кругами, и кругами Грудь массирую руками. А потом, а потом Будет весело кругом!</p>	
Февраль Уроки 39-49	<p>Разминка. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге, беге. Музыкально подвижная игра «К своим флажкам». Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки, удары ногой на сильные и слабые доли такта. Ритмический танец «Артековская полька» (музыка – любая полька). Описание танца И.П. – в парах по кругу лицом к друг другу: мальчик левым боком к центру, девочка правым боком к центру, руки в сцеплении во второй позиции (в стороны). А. 1-2 – приставной шаг к центру. 3 – шаг к центру. 4 – притоп. 5-8 – повторить счет 1-4 в другую сторону. Б. – повторить движения части А. В. 1 – хлопок в ладоши. 2 – хлопок правыми руками мальчика и девочки. 3 – хлопок в ладоши. 4 – хлопок левыми руками мальчика и девочки. 5-8 – повторить счет 1-4. Г. 1-2 – полуприсед на левой ноге, правую вперед на пятку, левую руку перед грудью, правую руку согнуть вперед, локоть на тыльную сторону ладони. Погрозить правым указательным пальцем со словами «Ты смотри!». 3-4 – поменять исходное положение ног и рук чета 1-2 со словами «не шали!». 5-8 – три шага вперед, проходя мимо друг друга левыми плечами до следующего мальчика (девочки) со словами «Ну и до свидания!». В конце приставить ногу и принять исходное положение для начала танца с другим партнером (партнершей). Поглаживание и растирание правой руки левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук поглаживание и растирание груди.</p> <p>Речитатив: Я мочалочку возьму И ключицу разотру, И кругами, и кругами Грудь массирую руками. А потом, а потом Будет весело кругом!</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Обучить детей танцевальным движениям. - развить чувство ритма. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научит танцевать в парах.
Февраль Уроки 41-42	<p>Разминка. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Продолжить обучать детей танцевальным

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

	<p>движениях «Нырание».</p> <p>И.П. – стойка руки вверх.</p> <p>1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули».</p> <p>2-3 – держать.</p> <p>4 – встать руки вверх – выдох.</p>	
<p>Март</p> <p>Уроки 47-48</p>	<p>Разминка.</p> <p>Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим игровым способом.</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Музыкальная змейка» (уроки 45-46).</p> <p>Ритмический танец «Танец с хлопками» (музыка в ритме диско, темп умеренный, медленный)</p> <p>А. «Шаги на месте».</p> <p>1-6 – шесть шагов на месте с хлопками перед собой на каждый счет.</p> <p>7-и-8 – два шага на месте (или продвигаясь вперед) с тремя хлопками перед собой.</p> <p>Б. «приставные шаги в сторону».</p> <p>1-2 – два приставных шага вправо с двумя хлопками перед собой.</p> <p>3-4 – повторить счет 1-2 в другую сторону.</p> <p>5-6 – повторить счет 1-2.</p> <p>7-и-8 – повторить счет 3-4 с тремя хлопками (хлопки выполняются на счет 7-8).</p> <p>В. «Шаги по диагонали».</p> <p>1 – шаг правой ногой вперед вправо по диагонали с хлопком сверху справа.</p> <p>2 – шаг левой вперед – влево по диагонали с хлопком сверху слева.</p> <p>3 – шаг правой вперед – вправо по диагонали с хлопком внизу справа.</p> <p>4 – шаг левой вперед влево по диагонали с хлопком внизу слева.</p> <p>5-6 – повторить счет 1-2.</p> <p>7-и-8 – повторить чет 3-4 с тремя хлопками внизу.</p> <p>Г. «Шаг назад».</p> <p>1 – шаг правой назад с хлопком над головой.</p> <p>2 – шаг левой назад с наклоном вперед и хлопком внизу.</p> <p>3-4 – повторить счет 1-2.</p> <p>5-6 – повторить счет 1-2.</p> <p>7-и-8 – повторить чет 1-2 с тремя хлопками: сверху, перед грудью и внизу.</p> <p>Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Нырание».</p> <p>И.П. – стойка руки вверх.</p> <p>1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули».</p> <p>2-3 – держать.</p> <p>4 – встать руки вверх – выдох.</p>	<p>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>- Научить правильно исполнять движения.</p> <p>- научить передавать заданный образ.</p>
<p>Март</p> <p>Уроки 49-50</p>	<p>Разминка.</p> <p>Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении.</p> <p>Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка.</p> <p>Перестроение и размыкание по ориентирам.</p>	<p>-научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>- Научить правильно</p>

	<p>Ритмический танец «Танец с хлопками».</p> <p>Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Ныряние».</p> <p>И.П. – стойка руки вверх.</p> <p>1 – резко вдох и быстро присесть, зажать нос пальцами – «нырнули».</p> <p>2-3 – держать.</p> <p>4 – встать руки вверх – выдох.</p>	исполнять движения.
<p>Март</p> <p>Урок 51</p>	<p>Разминка.</p> <p>Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении.</p> <p>Ходьба на каждый счет, хлопки через счет.</p> <p>Танец «Макарена» (уроки 21-22).</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» (уроки 29-30).</p> <p>Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки».</p> <p>Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.</p>	<p>- Развить чувство ритма.</p> <p>-повторить танцевальные движения</p>
<p>Март</p> <p>Сюжетный урок 52</p> <p>«Клуб веселых человечков»</p>	<p>«Знакомство». Построение в шеренгу. Педагог сообщает детям, что они сегодня на уроке побывают в гостях у веселых человечков – в Клубе сказочных героев. (Сначала можно спросить детей, кого они знают, или загадать загадки, которые подготовил Знайка).</p> <p>Многим долго неизвестный, Стал он каждому дружкой, Всем по сказке интересной Мальчик-Луковка знаком. Очень просто и недлинно Он зовется...(Чипполино)</p> <p>Для него прогулка – праздник И на мед особый нюх, Это – плюшевый проказник Медвежонок...(Винни –Пух)</p> <p>Как-то летом, между прочим Папа-Карло – добрый очень – Из полена сделал сына. Он зовется...(Буратино)</p> <p>Загадки могут быть и музыкальными, отрывками из детских песен. Дети могут их отгадывать сидя или двигаться свободно по залу, изображая героев сказки.</p> <p>В Клубе сказочные герои заняты своим делом, и мы будем выполнять задания. Задания можно разложить в ранее приготовленные конверты с изображением сказочных персонажей.</p> <p>2. «В гостях у Петрушки». Так как Петрушка – большой озорник и весельчак, он любит танцы и просит нас исполнить его любимы танец «Артековскую польку»(уроки 41-42).</p> <p>3. «В гостях у Незнайки». У Незнайки всегда много проблем, и он просит нас разобраться, к какому же флажку надо бежать. Музыкально-подвижная игра «К своим флажкам» (уроки 37-38).</p> <p>4. «В гостях у Буратино». Буратино – большой выдумщик,</p>	<p>- совершенствовать занимающихся в выполнении изученных танцевальных композиций;</p> <p>- развивать творчество, инициативу, самостоятельность в выполнении заданий.</p>

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

	<p>согнутыми руками назад, правая рука вверх, левая рука вниз.</p> <p>3-4 – повторить счет 1-2 с другой ноги и со сменой положения рук.</p> <p>5 – сгибая левую ногу, рывком согнутыми руками, правая рука вверх, левая вниз.</p> <p>6 – повторить счет 5 с другой ноги со сменой положения рук.</p> <p>7-8 – два раза согнуть левую ногу и два раза согнуть правую руку сверху вниз («дернуть гудок»).</p> <p>Г. «Приставные шаги».</p> <p>1 – шаг в правую, руку в стороны.</p> <p>2 – приставить левую с хлопком над головой.</p> <p>3 – шаг влево, руки в стороны.</p> <p>4 – приставить левую с наклоном вперед, хлопок внизу.</p> <p>5-6 – повторить счет 1-2 влево.</p> <p>7- шаг влево, руки в стороны.</p> <p>8 – приставить правую ногу, встать в И.П.</p> <p>Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки».</p> <p>Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.</p>	
Апрель Уроки 55-56	<p>Разминка.</p> <p>Построение по кругу в парах.</p> <p>Ритмический танец «Спенк».</p> <p>Ритмический танец «Модный рок» (уроки 19-20).</p> <p>Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки».</p> <p>Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.</p>	<p>- формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p>
Апрель Уроки 57-58	<p>Разминка.</p> <p>Построение по кругу в парах.</p> <p>Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим.</p> <p>Ритмический танец «Спенк».</p> <p>Основные движения танца «Ча-ча-ча» (счет 2-3 «ча»-«ча»-1):</p> <p>Основное движение вперед.</p> <p>И.П. – основная стойка.</p> <p>2 – шаг левой ногой вперед (вес тела переносится на нее).</p> <p>3 – перенести вес тела на правую ногу назад.</p> <p>«Ча» - шаг левой ногой в сторону.</p> <p>«Ча» - приставляя правую ногу</p> <p>1 – шаг левой ногой в сторону.</p> <p>Основное движение назад.</p> <p>2 – шаг правой ногой назад (вес тела переносится на нее).</p> <p>3 – перенести вес тела на левую ногу.</p> <p>«Ча» - шаг правой ногой в сторону.</p> <p>«Ча» - приставляя левую.</p> <p>1 – шаг правой ногой в сторону.</p> <p>Упражнение на осанку в седе и седе «по-турецки».</p> <p>Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху.</p>	<p>- Обучить детей танцевальным движениям;</p> <p>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>
Апрель Уроки 59-60.	<p>Разминка.</p> <p>Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим.</p> <p>Ритмический танец «Тайм-степ» (музыка в ритме «ча-ча-</p>	<p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>- Формировать</p>

	<p>ча»).</p> <p>Вариант первый.</p> <p>И.П. – стойка ноги врозь, вес тела на левой ноге, рук свободны или на поясе.</p> <p>1 – перенести вес тела на правую ногу.</p> <p>2 – перенести вес тела на левую ногу.</p> <p>3 – шаг вправо, с переносом тела на правую ногу.</p> <p>И – приставляя левую ногу.</p> <p>5-6 – повторить счет 1-2 в другую сторону.</p> <p>7-и-8 – повторить счет 3-и-4 в другую сторону.</p> <p>Вариант второй.</p> <p>1 – шаг правой ногой вперед с переносом веса тела.</p> <p>2 – перенести вес тела на левую ногу.</p> <p>3-и-4 – повторить счет 3-и-4 первого варианта.</p> <p>5-6 – повторить счет 1-2 с левой ноги.</p> <p>7-и-8 – повторить счет 7-и-8 первого варианта.</p> <p>Вариант третий.</p> <p>Можно танцевать в парах (лицом друг к другу). Мальчик с левой, девочка с правой ноги.</p> <p>Танцевальные шаги «Ча-ча-ча» (уроки 57-58).</p> <p>Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя.</p>	<p>пластику, культуру движения, их выразительность.</p> <p>- Развить чувство ритма.</p>
<p>Май Уроки 61-62</p>	<p>Разминка.</p> <p>Построение по кругу. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно.</p> <p>Перестроение из одной колонны в три по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам.</p> <p>Ритмический танец «Тайм степ» (уроки 59-60).</p> <p>Основные движения танца «Полонез» (шаги).</p> <p>Музыкальный размер 3/4.</p> <p>И.П. – стойка руки у девочки на платице, у мальчика на поясе.</p> <p>1 – шаг правой ногой вперед.</p> <p>2 – шаг левой ногой вперед.</p> <p>3 – шаг правой ногой на полуприсесть, одновременно левая нога выводится вперед-книзу. Тоже с другой ноги.</p> <p>Поглаживание и растирание рук и ног в положении сидя.</p>	<p>- научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>- научить передавать заданный образ.</p> <p>- научить слушать музыку, ее темп.</p>
<p>Май Уроки 63-64</p>	<p>Разминка.</p> <p>Упражнение типа задания в ходьбе и беге по звуковому сигналу.</p> <p>Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно.</p> <p>Танцевальные шаги «Полонез».</p> <p>Бальный танец «Полонез» (музыкальный размер $\frac{3}{4}$, полонез или «троянец»).</p> <p>Описание танца</p> <p>И.П. – на верхней середине в парах мальчик держит правой рукой левую руку девочки, правая рука девочки за платице, левая рука мальчика на поясе. Мальчик стоит левым боком к центру, девочка справа от него.</p> <p>Первая часть. Движение вперед по линии танца основным шагом до противоположной середины или дальше.</p> <p>Вторая часть. Движение основным шагом через центр зала до противоположной стороны.</p>	<p>- научить передавать заданный образ.</p> <p>- научить слушать музыку, ее темп.</p> <p>- развить умение «держаться» круг и интервалы.</p>

	<p>Третья часть. Расходятся в разные стороны основным шагом и выстраиваются по боковым линиям зала лицом друг к другу.</p> <p>Четвертая часть. Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Идут навстречу друг к другу основным шагом и противоходом внутрь шеренг, принимая исходное положение, уходят основным шагом.</p> <p>Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.</p>	
<p>Май Уроки 65-66</p>	<p>Разминка.</p> <p>Танцевальные шаги «Полонез», «Ча-ча-ча», «Самбо».</p> <p>Танцевальная разминка.</p> <p>Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.</p>	<p>- научить импровизировать.</p> <p>- эмоционально разрядить детей.</p>
<p>Май Уроки 67-68</p>	<p>Отчетный концерт.</p>	

Планируемые результаты:

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

Используемая литература:

1. Буренина А.И. «Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста».
2. Раевская Е.П. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду»
3. Костровицкая В. «Сто уроков классического танца»
4. Урунтаева Г. «Дошкольная психология»
5. Ветлугина Н.А. «Эстетическое воспитание в детском саду»
6. Бекина С.И. «Музыка и движение»
7. Барышникова Т. «Азбукахореографии»
8. Интернет-ресурсы