

**ПРИНЯТО**

педагогическим советом  
МБДОУ № 3 «Ягодка»  
Протокол № 1 от 31.08.2023г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Заведующий МБДОУ № 3 «Ягодка»  
Е.Н.Тохтабаева  
Приказ № от 31.08.2023г.

# **Рабочая программа**

по дополнительному образованию

художественной направленности танцевальная

ритмопластика «Конфетти»

для детей 3-7 лет

(срок реализации программы 4 года)

*Разработчик программы  
Педагог дополнительного  
образования Лапина Н.С.*

Симферополь, 2023 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка .....	3
Учебно-тематический план .....	7
Календарный учебный график .....	15
Содержание программы .....	25
Оценочные материалы .....	32
Методические материалы .....	37

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В дошкольном возрасте активно развиваются специальные способности детей, прежде всего художественные. Дошкольное детство создает благоприятные условия для их формирования. Дошкольник включен во все многообразие художественных видов деятельности. Он поет, танцует. Это создает возможность для проявления специальных способностей, в том числе музыкально-ритмически и пластически.

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

Танцевальная ритмопластика как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танцевальная ритмика и пластика является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Занятия Танцевальной ритмопластикой органично сочетают в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства (актерского мастерства), фольклор. Они воздействуют на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танцевальная ритмопластика, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Синкретичность танцевально-ритмических занятий подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию, координацию и пространственно-временное восприятие, и выразительность. Занятия танцевальной ритмикой дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в танцевальной ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Танцевальная ритмика и пластика – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца, музыкально-ритмические движения исполняются под различное музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве, а также развиваются эстетические категории как выворотность, баллон, танцевальный шаг, гибкость.

Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить своё отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия танцевальной ритмикой проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкально-ритмическим играм, импровизации, а также театрализации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Танцевальная ритмика и пластика имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосознания. Получение сведений о движениях, танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие характерные движения, ритмы и танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание танцевально-ритмической и танцевальной культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

**Направленность программы** – художественная. Обучение детей по данной программе, предполагающей изучение основ танцевально-ритмической культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей.

Образовательная программа дополнительного образования «Танцевальная ритмопластика» составлена педагогом дополнительного образования Лапиной Н.С. в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей и в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от 11.12.2006 N 06-1844);

- уставом МБДОУ № 3 «Ягодка».

Данная программа направлена на обучение хореографии детей от трех до семи лет и рассчитана на 4 года обучения.

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

**Задачи программы.**

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

Программа способствует обновлению и обогащению содержания дошкольного образования. Работа по данной программе формирует у дошкольников навыки танцевальной техники, превышающие базовую образовательную программу, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, ответственность, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в

коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

Новизна программы заключается в том, что обучение танцевальной ритмике на подготовительном этапе начинается с трехлетнего возраста с постепенным усложнением содержания, значительно превышающим базовую программу. Программа направлена на совершенствование традиционной практики по танцевальному и музыкально-ритмическому обучению детей дошкольного возраста.

Программа разработана с учётом принципов: систематичности, психологической комфортности, учёта возрастных особенностей, деятельностного подхода к развитию детей и ориентирована на развитие личности ребёнка.

#### **Этапы работы.**

I этап – подготовительный (II младшая группа)

II этап – основной (средняя и старшая группы)

III этап – этап совершенствования (подготовительная группа)

Занятия хореографией проводятся 2 раза в неделю. Программа рассчитана на 4 года (300 часов, по 75 часов в год).

#### **Длительность занятий составляет (контактное время):**

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

#### **Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:**

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

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

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

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

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

#### **В работе педагог использует различные методические приемы:**

- показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
- выразительное исполнение движения под музыку;
- словесное пояснение выполнения движения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- творческие задания.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого танцевально-ритмического материала (упражнение, движение, действие, танец, пляска, хоровод, игра, театрализация и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**образовательной программы дополнительного образования**  
**«Танцевальная ритмика»**

№ п/п	содержание	Кол- во часов
<b>II младшая группа</b>		
1	Организация студии. Собрание с родителями. Знакомство с группой. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	2
2	Введение в предмет «Танцевальная ритмопластика». Приветствие, поклон.	1
3	Коллективно-порядковые упражнения: «моё место», «змейка», «круг».	2
4	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	4
5	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в par terre: изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка» и т. д. По выбору педагога.	6
6	Основы детского классического танца: изучение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, demi-plie, grand plie, battement tendu, releve.	3
7	Народный танец. Элементы русского танца: позиции рук, ног корпуса, головы	2
	<b>Итого</b>	<b>17</b>
1	Упражнения на середине зала разминка по кругу: спокойная ходьба с носка, на полупальцах, на пятках; бег, бег с захлестом, бег с высоким коленом и т.д.	3
2	Основы детского классического танца: освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, demi-plie, grand plie, battement tendu, releve.	3
3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в par terre: изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка» и т. д. по выбору педагога.	4
4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе элементов русского (украинского) танца по выбору педагога: основные движения и элементы, позы, перестроения (линия, круг).	6
5	Подготовка к творческому отчету (открытый урок 1-го года обучения)	1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>
1	Упражнения на середине зала разминка по кругу: спокойная ходьба с носка, на полупальцах, на пятках; бег, бег с захлестом, бег с высоким коленом и т.д.	2
2	Ритмические упражнения и упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в par terre: изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка» и т. д. по выбору педагога.	6
3	Освоение и техническая отработка танцевально-ритмических движений на основе элементов русского (украинского) танца по выбору педагога: основные движения и элементы, позы, перестроения (линия, круг).	5
4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе элементов детского эстрадного танца по выбору педагога: основные движения и элементы, позы, перестроения (линия, круг, по кругу).	7
5	Подготовка к творческому отчету (открытый урок 1-го года обучения)	1
	<b>Итого</b>	<b>24</b>

1	Упражнения на середине зала разминка по кругу: спокойная ходьба с носка, на полупальцах, на пятках; бег, бег с захлестом, бег с высоким коленом, шаг с фиксацией высокого колена, галоп и т.д.	3
2	Ритмические упражнения и различные упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка» и т. д. по выбору педагога.	4
3	Освоение и техническая отработка танцевально-ритмических движений на основе русского (украинского) танца по выбору педагога: техника движений, выход на танец и уход перестроения, актерское мастерство (образ). (пример танцевально-ритмического этюда на выбор: калинка, яблочко, матрешки, веночек, метелица, барыня и т.д.)	4
4	Освоение и техническая отработка танцевально-ритмических движений на основе эстрадного танца по выбору педагога: техника движений, выход на танец и уход перестроения, актерское мастерство (образ).	5
5	Творческий отчет: открытый итоговый урок с показом изученных танцев по выбору педагога	1
<b>Итого</b>		<b>17</b>
<b>Итого за год:</b>		<b>75</b>
<b>Средняя группа</b>		
1	Организация студии. Собрание с родителями. Знакомство с группой. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	1
2	Предмет «Танцевальная ритмопластика». Приветствие, поклон.	1
3	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота».	2
4	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	2
5	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка» и т. д. по выбору педагога.	2
6	Упражнения танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, <i>demi-plie</i> , <i>grand plie</i> , <i>battement tendu</i> , <i>releve</i> , <i>pas de deux</i> , <i>sur le cou-de-pied</i> .	3
7	Танцевально-ритмические движения на основе народного танца. Изучение и освоение элементов русского (белорусского, татарского, цыганского и т.д.) танца (по выбору педагога): основные движение, элементы, позы, положения рук, ног, головы. (пример танцевально-ритмического этюда по выбору: «Хоран», «Чобан оюны», «Подарок», «Татарская пляска», «Цыганочка», «Табор», «Журавель», «Голубец», «Барыня», «Каблучок (камаринская)» и т.д.)	5
8	Подготовка к творческому отчету (открытый урок 2-го года обучения)	1
<b>Итого</b>		<b>17</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота».	1
2	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	2

3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция, «бабочка», «лягушка», «змеяка», «корзинка», «качалка», «ракушка» и т. д. по выбору педагога.	2
4	Упражнения танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, <i>demi-plie</i> , <i>grand plie</i> , <i>battement tendu</i> , <i>releve</i> , <i>pas de sutenu</i> , <i>sur le cou-de-pied</i> , <i>demi-rond</i> , <i>temps leve soutte</i> и т.д.	3
5	Танцевально-ритмическое движения на основе народного танца. Изучение и освоение элементов русского (белорусского, татарского, цыганского и т.д.) танца (по выбору педагога): основные движение, элементы, позы, положения рук, ног, головы. (пример танцев по выбору: «Хоран», «Чобан оюны», «Татарская пляска» «Цыганочка», «Табор», «Журавель», «Голубец», «Барыня», «Каблучок (камаринская)» и т.д.)	4
6	Освоение танцевально-ритмических движений на основе эстрадного танца. Освоение и техническая отработка детского эстрадного танца по выбору педагога: техника движений, выход на танец и уход перестроения, актерское мастерство (образ), работа с реквизитом.	4
7	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 2-го года обучения)	1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змеяка», «круг», «ворота».	1
2	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	2
3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция, «самолет», «бабочка», «лягушка», «змеяка», «корзинка», «качалка», «ракушка» и т. д. по выбору педагога.	2
4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, <i>demi-plie</i> , <i>grand plie</i> , <i>battement tendu</i> , <i>releve</i> , <i>pas de sutenu</i> , <i>sur le cou-de-pied</i> , <i>demi-rond</i> , <i>temps leve soutte</i> , <i>changement de pied</i> , <i>pas échappé</i> и т.д.	3
5	Изучение танцевально-ритмических движений на основе народного танца. Изучение и освоение элементов русского (белорусского, татарского, цыганского и т.д.) танца (по выбору педагога): основные движение, элементы, позы, положения рук, ног, головы. (пример танцев по выбору: «Хоран», «Чобан оюны», «Татарская пляска», «Су буенда», «Цыганочка», «Табор», «Журавель», «Голубец», «Барыня», «Каблучок (камаринская)» и т.д.)	8
6	Освоение и техническая отработка танцевально-ритмических движений на основе детского эстрадного танца по выбору педагога: техника движений, выход на танец и уход перестроения, актерское мастерство (образ), работа с реквизитом.	7
9	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 2-го года обучения)	1
	<b>Итого</b>	<b>24</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змеяка», «круг», «ворота», «линия», «колонна».	2



2	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	2
3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в par terre: изоляция центров, «бицентриа», «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка» и т. д. по выбору педагога.	2
4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, demi-plie, grand plie, battement tendu, releve, passe, sutenu, sur le cou-de-pied, demi-rond, temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, tour chanes, tour на месте по VI позиции и т.д.	2
5	Урок технического характера (ритмические навыки и музыкальная выразительность).	1
6	Работа над репертуаром: репетиции детского народного и эстрадного танца по выбору педагога.	7
7	Творческий отчет: открытый итоговый урок с показом изученных танцев.	1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>
<b>Итого за год:</b>		<b>75</b>
<b>Старшая группа</b>		
1	Организация работы кружка. Собрание с родителями. Знакомство с группой (вновь вступившими обучающимися). Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	1
2	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота», «линия», «колонна», «два круга».	2
3	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу, по диагонали. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, классические произведения, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	2
4	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в par terre: изоляция центров, «бицентриа», поли центрия, «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка», «березка», «мостик» с пола и т. д. по выбору педагога.	2
5	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса: en face, epaulement; головы; demi-plie, grand plie, battement tendu, releve, passe, sutenu, sur le cou-de-pied, demi-rond, grand battement jete, temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, tour chanes, tour на месте по VI позиции и т.д.	2
6	Изучение и освоение танцевально-ритмических движений различных форм танца по выбору педагога: полька, хоровод, пляска, кадрили - (повторение материала предыдущего года обучения, изучение нового материала, народный танец по выбору педагога: русский, украинский, белорусский, татарский, цыганский, испанский, стран Востока и т.д.).	7
7	Подготовка к творческому отчету (откр. итоговый урок 3-го года обучения)	1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота», «линия», «колонна», «два круга».	1

2	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу, по диагонали. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, классические произведения, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	2
3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция центров, «бицентриа», поли центрия, «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка», «березка», «мостик» с пола и т. д. по выбору педагога.	2
4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса: <i>en face</i> , <i>epaulement</i> ; головы; <i>demi-plie</i> , <i>grand plie</i> , <i>battement tendu</i> , <i>releve</i> , <i>pas de chat</i> , <i>battement tendu jete pique</i> , <i>sutenu</i> , <i>sur le cou-de-pied</i> , <i>demi-rond</i> , <i>grand battement jete</i> , <i>temps leve soutte</i> , <i>changement de pied</i> , <i>pas échappé</i> , <i>tour chanes</i> , <i>tour</i> на месте по VI позиции и т.д.	3
	Освоение танцевально-ритмических движений на основе детского народного танца (по выбранной национальности): основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре), основные ходы, элементы, движения.	3
5	Изучение и освоение танцевально-ритмических движений на основе танца по выбору педагога: полька, хоровод, пляска, кадрили - (повторение материала предыдущего года обучения, изучение нового материала, народный танец по выбору педагога: русский, украинский, белорусский, татарский, цыганский, испанский, стран Востока ит.д.).	5
6	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 3-го года обучения)	1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>
1	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу, по диагонали. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, классические произведения, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	2
2	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция центров, «бицентриа», поли центрия, «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка», «березка», «мостик» с пола и т. д. по выбору педагога.	2
3	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса: <i>en face</i> , <i>epaulement</i> ; головы; <i>demi-plie</i> , <i>grand plie</i> , <i>battement tendu</i> , <i>releve</i> , <i>pas de chat</i> , <i>battement tendu jete pique</i> , <i>sutenu</i> , <i>sur le cou-de-pied</i> , <i>demi-rond</i> , <i>grand battement jete</i> , <i>temps leve soutte</i> , <i>changement de pied</i> , <i>pas échappé</i> , <i>tour chanes</i> , <i>tour</i> на месте по VI позиции и т. д. Классический танец: танцевальный этюд	6
4	Освоение танцевально-ритмических движений на основе детского народного танца (по выбранной национальности): основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре), основные ходы, элементы, движения.	3

5	Изучение и освоение танцевально-ритмических движений на основе танца по выбору педагога: полька, хоровод, пляска, кадрили - (повторение материала предыдущего года обучения, изучение нового материала, народный танец по выбору педагога: русский, украинский, белорусский, татарский, грузинский, цыганский, испанский, стран Востока ит.д.).	6
6	Работа по репертуарному плану: - танцевальная ритмика на основе народного танца по выбору педагога (отработка техники движений, перестроения, вход на танец, уход, актерское мастерство — вхождение в образ, работа с реквизитом по необходимости).	4
7	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 3-го года обучения)	1
	<b>Итого</b>	<b>24</b>
1	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока классического танца: 1. Экзерсис на середине танца: - разминка (разогрев) - танцевально-ритмические упражнения и комбинации классического танца en face и в epaulement; demi-plie и grand plie, releve, battement tendu, с passe, battement tendu jete pique, sur le cou-de-pied, demi-rond с поворотом sutenu, grand battement jete, tour chanes, tour на месте по VI позиции и т. д - растяжка; танцевально-ритмические прыжки: temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, - port de bras (упражнения для рук, головы и корпуса). 2. Этюд — освоение и совершенствование танцевальной техники.	7
2	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока народного танца: - повтор изученного материала: основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре), - разминка на месте и по кругу: основные ходы, беги, элементы, движения, элементарные вращения, трюковая элементы (по готовности группы),различных народных танцев. - растяжка; - Этюд - освоение и совершенствование танцевальной техники (танец по выбору педагога).	7
3	Работа по репертуарному плану - отработка техники движений, перестроения, вход на танец, уход, актерское мастерство — вхождение в образ, работа с реквизитом по необходимости: -классический танец; -народный танец.	2
4.	Творческий отчет: открытый итоговый урок 3-го года обучения с показом изученных танцев.	1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>
<b>Итого за год:</b>		<b>75</b>
<b>Подготовительная группа</b>		
1	Организация студииработы кружка. Собрание с родителями. Знакомство с группой. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	1
2	Характер и динамика музыки. Роль музыки в хореографии. Сильная доля такта в музыке. Темпо-ритм. Особенности национальной хореографии. Разновидности (основные виды) хореографического искусства.	1

3	<p>Танцевально-ритмическое занятие на основе урока классического танца:</p> <p>1. Экзерсис на середине танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разминка (разогрев), - танцевально-ритмические упражнения и комбинации на основе классического танца en face и в epaulement; demi-plie и grand plie, releve, battement tendu, с passe, battement tendu jete pique, sur le cou-de-pied, demi-rond с поворотом sutenu, grand battement jete, releve lent, tour chanes, tour на месте по VI позиции, pas balance и т. д</li> <li>- растяжка в par terre;</li> </ul> <p>часть урока allegro: temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, sissonnes, pas chasse.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- port de bras (упражнения для рук, головы и корпуса).</li> </ul> <p>2. Этюд — освоение и совершенствование танцевальной техники.</p>	4
4	<p>Танцевально-ритмическое занятие на основе урока народного танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повтор изученного материала: основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре),</li> <li>- разминка на месте и по кругу: основные ходы, беги, элементы, движения, элементарные вращения, трюковая элементы (по готовности группы), различных народных танцев.</li> <li>- растяжка;</li> <li>- Этюд - освоение и совершенствование танцевальной техники (танец по выбору педагога)</li> </ul>	4
5	<p>Танцевально-ритмическое занятие на основе урока современного танца (эстрадного):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разминка на месте (по точкам), по кругу, диагонали;</li> <li>- упражнения на развитие силы мышц, гибкости, эластичности, координации;</li> <li>-изучения различных танцевально-ритмических движений современного эстрадного танца (элементы: адаптированный modern, hip-hop и т.д.)</li> </ul>	2
6	<p>Танцевально-ритмическое занятие на основе бального, историко-бытового танца по выбору педагога (вальс, полонез, Cha-cha-cha, Quickstep, бранль, кадриль, галоп, мазурка): основные позиции и положения рук, корпуса, ног, головы; основные ходы и беги, элементы, движения, рисунки, передвижения (переходы).</p>	4
7	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 4-го года обучения).	1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>
1	<p>Танцевально-ритмическое занятие на основе урока классического танца (закрепление пройденного материала).</p> <p>1. Экзерсис на середине танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разминка (разогрев)</li> <li>- упражнения и комбинации классического танца en face и в epaulement; demi-plie и grand plie, releve, battement tendu, с passe, battement tendu jete pique, sur le cou-de-pied, demi-rond с поворотом sutenu, grand battement jete, releve lent, tour chanes, tour на месте по VI позиции, pas balance и т. д</li> <li>- растяжка в par terre;</li> </ul> <p>часть урока allegro: temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, sissonnes, pas chasse, pas glissade, pas assemble</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- port de bras (упражнения для рук, головы и корпуса).</li> </ul> <p>2. Этюд — освоение и совершенствование танцевальной техники.</p>	4

2	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока народного танца: - повтор изученного материала: основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре), - разминка на месте и по кругу: основные ходы, беги, элементы, движения, элементарные вращения, трюковая элементы (по готовности группы), различных народных танцев. - растяжка; - Этюд - освоение и совершенствование танцевальной техники (танец по выбору педагога)	4
3	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока современного танца (эстрадного): - разминка на месте (по точкам), по кругу, диагонали; - упражнения на развитие силы мышц, гибкости, эластичности, координации; -изучения различных движений современного эстрадного танца (элементы: адаптированный modern, hip-hop и т.д.)	3
4	Танцевально-ритмическое занятие на основе бального, историко-бытового танца по выбору педагога (вальс, полонез, Cha-cha-cha, Quickstep, бранль, кадриль, галоп, мазурка): основные позиции и положения рук, корпуса, ног, головы; основные ходы и беги, элементы, движения, рисунки, передвижения (переходы).	5
5	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 4-го года обучения).	1
	<b>Итого</b>	<b>17</b>
1	Танцевально-ритмическое занятие на основе классического танца (закрепление пройденного материала).	5
2	Танцевально-ритмическое занятие на основе народно-сценического танца (закрепление пройденного материала).	5
3	Танцевально-ритмическое занятие на основе современного эстрадного танца (закрепление пройденного материала).	5
4	Работа по репертуарному плану - отработка техники движений, перестроения, вход на танец, уход, актерское мастерство — вхождение в образ, работа с реквизитом по необходимости: - народный танец по выбору педагога; - бальный / историко-бытовой танец по выбору педагога.	8
5	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 4-го года обучения).	1
	<b>Итого</b>	<b>24</b>
1	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока классического танца (закрепление пройденного материала).	3
2	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока народно-сценического танца (закрепление пройденного материала).	3
3	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока современного эстрадного танца (закрепление пройденного материала).	3
4	Работа по репертуарному плану - отработка техники движений, перестроения, вход на танец, уход, актерское мастерство — вхождение в образ, работа с реквизитом по необходимости: - народный танец по выбору педагога; - бальный / историко-бытовой танец по выбору педагога.	7
5	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 4-го года обучения).	1

<b>Итого</b>	<b>17</b>
<b>Итого за год:</b>	<b>75</b>
<b>Общее количество часов:</b>	<b>300</b>

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК  
образовательной программы дополнительного образования  
«танцевальная ритмопластика "Конфетти"»**

Занятия проводятся 2 раза в неделю во второй половине дня по графику, утвержденному Заведующим МБДОУ № 3 «Ягодка».

Продолжительность занятий:

- во II младшей группе - 15 минут,
- в средней группе - 20 минут,
- в старшей группе - 25 минут,
- в подготовительной группе - 30 минут

**II младшая группа**

№ п/п	содержание	месяц	Кол-во часов
1	Организация работы кружка. Собрание с родителями. Знакомство с группой. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	сентябрь октябрь	2
2	Введение в предмет «Танцевальная ритмопластика». Приветствие, поклон.		1
3	Коллективно-порядковые упражнения: «моё место», «змейка», «круг».		2
4	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.		4
5	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка» и т. д. По выбору педагога.		6
6	Основы детского классического танца: изучение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, <i>demi-plie</i> , <i>grand plie</i> , <i>battement tendu</i> , <i>releve</i> .		3
7	Народный танец. Элементы русского танца: позиции рук, ног корпуса, головы		2
<b>Итого</b>			<b>17</b>
1	Упражнения на середине зала разминка по кругу: спокойная ходьба с носка, на полупальцах, на пятках; бег, бег с захлестом, бег с высоким коленом и т.д.	ноябрь, декабрь	3
2	Основы детского классического танца: освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, <i>demi-plie</i> , <i>grand plie</i> , <i>battement tendu</i> , <i>releve</i> .		3
3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка» и т. д. по выбору педагога.		4
4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе элементов русского (украинского) танца по выбору педагога: основные движения и элементы, позы, перестроения (линия, круг).		6

5	Подготовка к творческому отчету (открытый урок 1-го года обучения)		1
<b>Итого</b>			<b>17</b>
1	Упражнения на середине зала разминка по кругу: спокойная ходьба с носка, на полупальцах, на пятках; бег, бег с захлестом, бег с высоким коленом и т.д.	январь, февраль, март	2
2	Ритмические упражнения и упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка» и т. д. по выбору педагога.		6
3	Освоение и техническая отработка танцевально-ритмических движений на основе элементов русского (украинского) танца по выбору педагога: основные движения и элементы, позы, перестроения (линия, круг).		5
4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе элементов детского эстрадного танца по выбору педагога: основные движения и элементы, позы, перестроения (линия, круг, по кругу).		7
5	Подготовка к творческому отчету (открытый урок 1-го года обучения)		1
<b>Итого</b>			<b>24</b>
1	Упражнения на середине зала разминка по кругу: спокойная ходьба с носка, на полупальцах, на пятках; бег, бег с захлестом, бег с высоким коленом, шаг с фиксацией высокого колена, галоп и т.д.	апрель, май	3
2	Ритмические упражнения и различные упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка» и т. д. по выбору педагога.		4
3	Освоение и техническая отработка танцевально-ритмических движений на основе русского (украинского) танца по выбору педагога: техника движений, выход на танец и уход перестроения, актерское мастерство (образ). (пример танцевально-ритмического этюда на выбор: калинка, яблочко, матрешки, веночек, метелица, и т.д.)		4
4	Освоение и техническая отработка танцевально-ритмических движений на основе эстрадного танца по выбору педагога: техника движений, выход на танец и уход перестроения, актерское мастерство (образ).		5
5	Творческий отчет: открытый итоговый урок с показом изученных танцев по выбору педагога		1
<b>Итого</b>			<b>17</b>
<b>Итого за год:</b>			<b>75</b>

### Средняя группа

№ п/п	содержание	месяц	Кол-во часов
1	Организация работы кружка. Собрание с родителями. Знакомство с группой. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	сентябрь октябрь	1
2	Предмет «Танцевальная ритмопластика». Приветствие, поклон.		1

3	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота».		2
4	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.		2
5	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в par terre: изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка» и т. д. по выбору педагога.		2
6	Упражнения танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, demi-plie, grand plie, battement tendu, releve, passe, sutenu, sur le cou-de-pied.		3
7	Танцевально-ритмические движения на основе народного танца. Изучение и освоение элементов русского (белорусского, татарского, цыганского и т.д.) танца (по выбору педагога): основные движение, элементы, позы, положения рук, ног, головы. (пример танцевально-ритмического этюда по выбору: «Хоран», «Чобан оюны», «Подарок», «Татарская пляска», «Цыганочка», «Габор», «Журавель», «Голубец», «Барыня», «каблuchок (камаринская)» и т.д.)		5
8	Подготовка к творческому отчету (открытый урок 2-го года обучения)		1
<b>Итого</b>			<b>17</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота».	ноябрь, декабрь	1
2	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.		2
3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в par terre: изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка» и т. д. по выбору педагога.		2
4	Упражнения танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, demi-plie, grand plie, battement tendu, releve, passe, sutenu, sur le cou-de-pied, demi-rond, temps leve soutte и т.д.		3
5	Танцевально-ритмические движения на основе народного танца. Изучение и освоение элементов русского (белорусского, татарского, цыганского и т.д.) танца (по выбору педагога): основные движение, элементы, позы, положения рук, ног, головы. (пример танцев по выбору: «Хоран», «Чобан оюны», «Татарская пляска», «Цыганочка», «Габор», «Журавель», «Голубец», «Барыня», «Каблuchок (камаринская)» и т.д.)		4
6	Освоение танцевально-ритмических движений на основе эстрадного танца. Освоение и техническая отработка детского эстрадного танца по выбору педагога: техника движений, выход на танец и уход перестроения, актерское мастерство (образ), работа с реквизитом.		4



7	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 2-го года обучения)		1	
<b>Итого</b>			<b>17</b>	
1	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота».	январь, февраль, март	1	
2	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.		2	
3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция, «самолет», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка» и т. д. по выбору педагога.		2	
4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, <i>demi-plie</i> , <i>grand plie</i> , <i>battement tendu</i> , <i>releve</i> , <i>pas de bourree</i> , <i>sutenu</i> , <i>sur le cou-de-pied</i> , <i>demi-rond</i> , <i>temps leve soutte</i> , <i>changement de pied</i> , <i>pas echappe</i> и т.д.		3	
5	Изучение танцевально-ритмических движений на основе народного танца. Изучение и освоение элементов русского (белорусского, татарского, цыганского и т.д.) танца (по выбору педагога): основные движение, элементы, позы, положения рук, ног, головы. (пример танцев по выбору: «Хоран», «Чобан оюны», «Татарская пляска», «Су буенда», «Цыганочка», «Табор», «Журавель», «Голубец», «Барыня», «Каблучок (камаринская)» и т.д.)		8	
6	Освоение и техническая отработка танцевально-ритмических движений на основе детского эстрадного танца по выбору педагога: техника движений, выход на танец и уход перестроения, актерское мастерство (образ), работа с реквизитом.		7	
9	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 2-го года обучения)		1	
<b>Итого</b>			<b>24</b>	
1	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота», «линия», «колонна».		апрель, май	2
2	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	2		
3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в <i>par terre</i> : изоляция центров, «бицентриа», «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка» и т. д. по выбору педагога.	2		
4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, <i>demi-plie</i> , <i>grand plie</i> , <i>battement tendu</i> , <i>releve</i> , <i>pas de bourree</i> , <i>sutenu</i> , <i>sur le cou-de-pied</i> , <i>demi-rond</i> , <i>temps leve soutte</i> , <i>changement de pied</i> , <i>pas echappe</i> , <i>tour chanes</i> , <i>tour</i> на месте по VI позиции и т.д.	2		
5	Урок технического характера (ритмические навыки и музыкальная выразительность).	1		

6	Работа над репертуаром: репетиции детского народного и эстрадного танца по выбору педагога.	7
7	Творческий отчет: открытый итоговый урок с показом изученных танцев.	1
<b>Итого</b>		<b>17</b>
<b>Итого за год:</b>		<b>75</b>

## Старшая группа

№ п/п	содержание	месяц	Кол-во часов
1	Организация работы кружка. Собрание с родителями. Знакомство с группой (вновь вступившими обучающимися). Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	сентябрь октябрь	1
2	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота», «линия», «колонна», «два круга».		2
3	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу, по диагонали. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, классические произведения, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.		2
4	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в par terre: изоляция центров, «бицентриа», поли центрия, «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка», «березка», «мостик» с пола и т. д. по выбору педагога.		2
5	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса: en face, epaulement; головы; demi-plie, grand plie, battement tendu, releve, passe, soutenu, sur le cou-de-pied, demi-rond, grand battement jete, temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, tour chanes, tour на месте по VI позиции и т.д.		2
6	Изучение и освоение танцевально-ритмических движений различных форм танца по выбору педагога: полька, хоровод, пляска, кадрили - (повторение материала предыдущего года обучения, изучение нового материала, народный танец по выбору педагога: русский, украинский, белорусский, татарский, цыганский, испанский, стран Востока ит.д.).		7
7	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 3-го года обучения)		1
<b>Итого</b>			<b>17</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения (освоение и совершенствование): «моё место», «змейка», «круг», «ворота», «линия», «колонна», «два круга».	ноябрь, декабрь	1
2	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу, по диагонали. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, классические произведения, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.		2
3	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в par terre: изоляция центров, «бицентриа», поли центрия, «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка», «березка», «мостик» с пола и т. д. по выбору педагога.		2

4	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса: en face, epaulement; головы; demi-plie, grand plie, battement tendu, releve, passe, battement tendu jete pique, sutenu, sur le cou-de-pied, demi-rond, grand battement jete, temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, tour chanes, tour на месте по VI позиции и т.д.		3
	Освоение танцевально-ритмических движений на основе детского народного танца (по выбранной национальности): основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре), основные ходы, элементы, движения.		3
5	Изучение и освоение танцевально-ритмических движений на основе танца по выбору педагога: полька, хоровод, пляска, кадрили - (повторение материала предыдущего года обучения, изучение нового материала, народный танец по выбору педагога: русский, украинский, белорусский, татарский, цыганский, испанский, стран Востока ит.д.).		5
6	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 3-го года обучения)		1
<b>Итого</b>			<b>17</b>
1	Ритмические упражнения, разминка: на месте («по точкам»), по кругу, в кругу, по диагонали. Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, классические произведения, детский эстрадный репертуар по выбору педагога.	январь, февраль, март	2
2	Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в раг terre: изоляция центров, «бицентриа», поли центрия, «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змеяка», «корзинка», «качалка», «ракушка», «березка», «мостик» с пола и т. д. по выбору педагога.		2
3	Изучение танцевально-ритмических движений на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса: en face, epaulement; головы; demi-plie, grand plie, battement tendu, releve, passe, battement tendu jete pique, sutenu, sur le cou-de-pied, demi-rond, grand battement jete, temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, tour chanes, tour на месте по VI позиции и т. д. Классический танец: танцевальный этюд		6
4	Освоение танцевально-ритмических движений на основе детского народного танца (по выбранной национальности): основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре), основные ходы, элементы, движения.		3
5	Изучение и освоение танцевально-ритмических движений на основе танца по выбору педагога: полька, хоровод, пляска, кадрили - (повторение материала предыдущего года обучения, изучение нового материала, народный танец по выбору педагога: русский, украинский, белорусский, татарский, грузинский, цыганский, испанский, стран Востока ит.д.).		6

6	Работа по репертуарному плану: - танцевальная ритмика на основе народного танца по выбору педагога (отработка техники движений, перестроения, вход на танец, уход, актерское мастерство — вхождение в образ, работа с реквизитом по необходимости).		4
7	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 3-го года обучения)		1
<b>Итого</b>			<b>24</b>
1	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока классического танца: 1. Экзерсис на середине танца: - разминка (разогрев) - танцевально-ритмические упражнения и комбинации классического танца en face и в epaulement; demi-plie и grand plie, releve, battement tendu, c passe, battement tendu jete pique, sur le coude-pied, demi-rond с поворотом sutenu, grand battement jete, tour chanes, tour на месте по VI позиции и т. д - растяжка; танцевально-ритмические прыжки: temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, - port de bras (упражнения для рук, головы и корпуса). 2. Этюд — освоение и совершенствование танцевальной техники.	апрель, май	7
2	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока народного танца: - повтор изученного материала: основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре), - разминка на месте и по кругу: основные ходы, беги, элементы, движения, элементарные вращения, трюковая элементы (по готовности группы), различных народных танцев. - растяжка; - Этюд - освоение и совершенствование танцевальной техники (танец по выбору педагога).		7
3	Работа по репертуарному плану - отработка техники движений, перестроения, вход на танец, уход, актерское мастерство — вхождение в образ, работа с реквизитом по необходимости: -классический танец; -народный танец.		2
4.	Творческий отчет: открытый итоговый урок 3-го года обучения с показом изученных танцев.		1
<b>Итого</b>			<b>17</b>

### Подготовительная группа

№ п/п	содержание	месяц	Кол-во часов
1	Организация работы кружка. Собрание с родителями. Знакомство с группой (вновь вступившими обучающимися). Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	сентябрь октябрь	1

2	Характер и динамика музыки. Роль музыки в хореографии. Сильная доля такта в музыке. Темпо-ритм. Особенности национальной хореографии. Разновидности (основные виды) хореографического искусства.	1
3	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока классического танца: 1. Экзерсис на середине танца: - разминка (разогрев) - танцевально-ритмические упражнения и комбинации на основе классического танца en face и в epaulement; demi-plie и grand plie, releve, battement tendu, c passe, battement tendu jete pique, sur le coude-pied, demi-rond с поворотом sutenu, grand battement jete, releve lent, tour chanes, tour на месте по VI позиции, pas balance и т. д - растяжка в par terre; часть урока allegro: temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, sissonnes, pas chasse. - port de bras (упражнения для рук, головы и корпуса). 2. Этюд — освоение и совершенствование танцевальной техники.	4
4	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока народного танца: - повтор изученного материала: основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре), - разминка на месте и по кругу: основные ходы, беги, элементы, движения, элементарные вращения, трюковая элементы (по готовности группы),различных народных танцев. - растяжка; - Этюд - освоение и совершенствование танцевальной техники (танец по выбору педагога)	4
5	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока современного танца (эстрадного): - разминка на месте (по точкам), по кругу, диагонали; - упражнения на развитие силы мышц, гибкости, эластичности, координации; -изучения различных танцевально-ритмических движений современного эстрадного танца (элементы: адаптированный modern, hip-hop и т.д.)	2
6	Танцевально-ритмическое занятие на основе бального, историко-бытового танца по выбору педагога (вальс, полонез, Cha-cha-cha, Quickstep, бранль, кадриль, галоп, мазурка): основные позиции и положения рук, корпуса, ног, головы; основные ходы и беги, элементы, движения, рисунки, передвижения (переходы).	4
7	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 4-го года обучения).	1
<b>Итого</b>		<b>17</b>

1	<p>Танцевально-ритмическое занятие на основе урока классического танца (закрепление пройденного материала).</p> <p>1. Экзерсис на середине танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разминка (разогрев), - упражнения и комбинации классического танца en face и в epaulement; demi-plie и grand plie, releve, battement tendu, c passe, battement tendu jete pique, sur le cou-de-pied, demi-rond с поворотом sutenu, grand battement jete, releve lent, tour chanes, tour на месте по VI позиции, pas balance и т. д</li> <li>- растяжка в par terre;</li> </ul> <p>часть урока allegro: temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, sissonnes, pas chasse, pas glissade, pas assemble</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- port de bras (упражнения для рук, головы и корпуса).</li> </ul> <p>2. Этюд — освоение и совершенствование танцевальной техники.</p>	ноябрь, декабрь	4
2	<p>Танцевально-ритмическое занятие на основе урока народного танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повтор изученного материала: основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре),</li> <li>- разминка на месте и по кругу: основные ходы, беги, элементы, движения, элементарные вращения, трюковая элементы (по готовности группы), различных народных танцев. - растяжка;</li> <li>- Этюд - освоение и совершенствование танцевальной техники (танец по выбору педагога)</li> </ul>		4
3	<p>Танцевально-ритмическое занятие на основе урока современного танца (эстрадного):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разминка на месте (по точкам), по кругу, диагонали;</li> <li>- упражнения на развитие силы мышц, гибкости, эластичности, координации;</li> <li>-изучения различных движений современного эстрадного танца (элементы: адаптированный modern, hip-hop и т.д.)</li> </ul>		3
4	<p>Танцевально-ритмическое занятие на основе бального, историко-бытового танца по выбору педагога (вальс, полонез, Cha-cha-cha, Quickstep, бранль, кадриль, галоп, мазурка): основные позиции и положения рук, корпуса, ног, головы; основные ходы и беги, элементы, движения, рисунки, передвижения (переходы).</p>		5
5	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 4-го года обучения).		1
<b>Итого</b>			<b>17</b>
1	Танцевально-ритмическое занятие на основе классического танца (закрепление пройденного материала).	январь, февраль, март	5
2	Танцевально-ритмическое занятие на основе народно-сценического танца (закрепление пройденного материала).		5
3	Танцевально-ритмическое занятие на основе современного эстрадного танца (закрепление пройденного материала).		5
4	<p>Работа по репертуарному плану - отработка техники движений, перестроения, вход на танец, уход, актерское мастерство — вхождение в образ, работа с реквизитом по необходимости:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- народный танец по выбору педагога;</li> <li>- бальный / историко-бытовой танец по выбору педагога.</li> </ul>		8
5	Подготовка к творческому отчету (открытый итоговый урок 4-го года обучения).		1
<b>Итого</b>			<b>24</b>

1	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока классического танца (закрепление пройденного материала).	апрель, май	3
2	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока народно-сценического танца (закрепление пройденного материала).		3
3	Танцевально-ритмическое занятие на основе урока современного эстрадного танца (закрепление пройденного материала).		3
4	Работа по репертуарному плану - отработка техники движений, перестроения, вход на танец, уход, актерское мастерство — вхождение в образ, работа с реквизитом по необходимости: - народный танец по выбору педагога; - бальный / историко-бытовой танец по выбору педагога.		7
5	Открытый итоговый урок 4-го года обучения.		1
<b>Итого</b>			<b>17</b>
<b>Итого за год:</b>			<b>75</b>

**СОДЕРЖАНИЕ**  
**образовательной программы дополнительного образования**  
**«Танцевальная ритмика»**

**II младшая группа**

**Упражнения на середине зала**

Дети исполняют движения лицом на зрителя и по ходу движения на середине зала: на месте для развития устойчивости, баланса, апломба; с перемещением по заданному рисунку (кругу, змейка и т.д.) для развития координации и ориентации в танцевальном пространстве.

**Ритмические упражнения и коллективно-порядковые упражнения**

В ходе частей занятия разминка, разогрев, растяжка отрабатываются перестроения в изучаемые рисунки (по точкам, круг, линия, колонна), а также развивается чувство и понимание ритма и скорости, темпа. Осваивается понятие начала и конца движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.

Пример ритмических упражнений (разминки по кругу):

ШАГИ, ходы: широкий шаг вперед с носка, ходьба на носках, пятках, шаги с высоким коленом, шаги с захлестом ноги назад, согнутой в колене и нятянутым или сокращенным подъемом, ход уточки, ход уточки с прыжком вверх.

БЕГ: широкий бег, бег с высоким коленом, бег с захлестом, легкий галоп лицом и спиной в круг.

Пример разогрева на середине зала на месте:

Изоляция головы: наклоны вперед назад, в стороны, повороты в стороны, смещение zundari (вперед/назад, в стороны)

Изоляция плеч: линейные и круговые движения, по одному, одновременно и по очереди.

Изоляция рук: различные движения кистей рук (ладоней, кулаков, пальцев), круговые и полукруговые движения локтевого и плечевого суставов по одному, одновременно и по очереди

Изоляция корпуса: наклоны, повороты, перегибы спины, грудной клетки, пелвиса (бедра).

Изоляция ног: круговращательные движения и сгибание разгибание коленных суставов, стопы; упражнение на разогрев, растягивание и сокращения икроножных мышц и ахила.

Изучается и осваивается правильное исходное положение всех движений и упражнений, техника и методика построения рисунков.

**Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости**



Упражнения выполняются на середине зала и в *par terre*: изоляция, «бабочка», «лягушка», «змейка» и т. д. По выбору педагога.

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

Танцевально-ритмические движения на основе детского классического танца: изучение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, *demi-plie*, *grand plie*, *battement tendu*, *releve*.

Танцевально-ритмические движения на основе народного танца. Элементы русского танца: позиции рук, ног корпуса, головы. Изучение танцевальных элементов и движений русского танца: ковырялочка, качалка, вывод ноги на носок, и с ударом, вывод ноги на пятку, притоп, полуповорот и т. д., в соответствии с лексикой танцевального этюда (композиции)

Изучение Танцевально-ритмические движения на основе детского эстрадного танца по выбору педагога: основные движения и элементы, позы, перестроения (линия, круг, по кругу).

Выбор танцевального репертуарного плана производится педагогом дополнительного образования, исходя из начального уровня хореографической подготовки и, приобретенных в ходе занятий, навыков обучающихся.

### **Средняя группа**

#### **Упражнения на середине зала**

Дети исполняют движения лицом на зрителя, боком, и по ходу движения на середине зала: на месте для развития устойчивости, баланса, апломба; с перемещением по заданному рисунку (кругу, змейка и т.д.) для развития координации и ориентации в танцевальном пространстве.

Уже с первого дня обучения детям нужно постоянно напоминать о положении корпуса, чтобы правильная осанка вошла в привычку. Свободные руки держат на талии. В это время учащиеся впервые получают представление об опорной и работающей ноге. Опорная нога должна образовывать с корпусом прямую вертикальную линию.

#### **Ритмические упражнения и коллективно-порядковые упражнения**

В ходе частей занятия разминка, разогрев, растяжка происходит освоение и совершенствование перестроений в изучаемые рисунки: «моё место», «змейка», «круг», «ворота», «линия», «колонна», а также развивается чувство и понимание ритма и скорости.

Осваивается понятие начала и конца движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.

Изучается и осваивается правильное исходное положение всех движений и упражнений, техника и методика построения рисунков.

#### **Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости**

Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в *par terre*: изоляция центров, «бицентриа», «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка» и т. д. по выбору педагога

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

#### **Танцевально-ритмические движения на основе классического танца**

Танцевально-ритмические движения на основе детского классического танца: изучение и освоение позиций рук, ног, положения корпуса, головы, *demi-plie*, *grand plie*, *battement tendu*, *releve*, *pas de chat*, *sur le cou-de-pied*, *demi-rond*, *temps leve soutte*, *changement de pied*, *pas echappe*, *tour chanes*, *tour* на месте по VI позиции и т.д.

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

Танцевально-ритмические движения на основе народного танца. Изучение и освоение элементов русского (белорусского, татарского, цыганского и т.д.) танца (по выбору педагога):

основные движение, элементы, позы, положения рук, ног, головы.

Пример танцев по выбору:

Татарский танец: «Хоран», «Чобан оюны», «Татарская пляска», «Су буенда»,  
Цыганский танец: «Цыганочка», «Табор»,  
Русский танец: «Журавель», «Голубец», «Барыня», «Каблучок (камаринская)»  
Белорусский танец: кадрили «Люстэрка», парный танец «Крыжачок» и т. д.

Освоение и техническая отработка танцевально-ритмических движений на основе эстрадного танца по выбору педагога: техника движений, выход на танец и уход перестроения, актерское мастерство (образ), работа с реквизитом.

Выбор танцевального репертуарного плана производится педагогом дополнительного образования, исходя из начального уровня хореографической подготовки и, приобретенных в ходе занятий, навыков обучающихся.

### **Старшая группа**

Занятия на этом этапе обучения значительно усложняются.

Наиболее существенной частью занятий становится танцевальная подготовка детей. В это время дети проявляют достаточную организованность, их движения становятся более точными, выразительными. Занятия проводят так, чтобы развить у детей основные танцевальные навыки и помочь им понять и полюбить искусство танца.

#### **Упражнения на середине зала**

Обучающиеся исполняют движения и упражнения лицом на зрителя, боком, и по ходу движения на середине зала: на месте для развития устойчивости, баланса, апломба; с перемещением по заданному рисунку (круг, змейка, диагональ) для развития координации и ориентации в танцевальном пространстве.

Руки в экзерсисе на середине зала открываются во вторую позицию – подготовка на два вступительных аккорда, т. е. с preparation.

В подготовительное положение руки опускаются одновременно с окончанием упражнений.

Изучаются и осваиваются маленькие позы: краузе, эффасе.

Обучающиеся осваивают часть урока allegro: прыжки и вращения.

#### **Ритмические упражнения и коллективно-порядковые упражнения**

В ходе частей занятия разминка, разогрев, растяжка происходит освоение и совершенствование перестроений в изучаемые рисунки: «моё место», «змейка», «круг», «ворота», «линия», «колонна», а также развивается чувство и понимание ритма и скорости.

Осваивается понятие начала и конца движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.

Изучается и осваивается правильное исходное положение всех движений и упражнений, техника и методика построения рисунков.

#### **Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости**

Упражнения на развитие координации, эластичности мышц, гибкости на середине зала и в *par terre*: изоляция центров, «бицентриа», «полицентриа», «самолет», «ножницы», «бабочка», «лягушка», «змейка», «корзинка», «качалка», «ракушка», «березка», «мостик» с пола и т. д. по выбору педагога.

#### **Упражнения для развития техники танца и ритмики**

##### **Танцевально-ритмические движения на основе классического танца**

Изучение и освоение

1. Экзерсис на середине танца:

- разминка (разогрев)

- упражнения и комбинации классического танца *en face* и в *epaulement*; *demi-plie* и *grand plie*, *releve*, *battement tendu*, *c passe*, *battement tendu jete pique*, *sur le cou-de-pied*, *demi-rond* с поворотом *sutenu*, *grand battement jete*, *tour chanes*, *tour* на месте по VI позиции и т. д.

- растяжка;

часть урока allegro: *temps leve soutte*, *changement de pied*, *pas échappé*,

- *port de bras* (упражнения для рук, головы и корпуса).

2. Классический этюд — освоение и совершенствование танцевальной техники.

##### **Танцевально-ритмические движения на основе народного танца:**

- повтор изученного материала: основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре),

- разминка на месте и по кругу: основные ходы, беги, элементы, движения, элементарные вращения, трюковые элементы (по готовности группы), различных народных танцев.

- растяжка;

- Народный этюд - освоение и совершенствование танцевальной техники (танец по выбору педагога).

### **Танцевально-ритмические движения, элементы и композиции**

Изучение и освоение танцевально-ритмических движений на основе элементов русского (белорусского, татарского, цыганского и т.д.) танца (по выбору педагога): основные движение, элементы, позы, положения рук, ног, головы.

Пример танцев по выбору:

Татарский танец: «Хоран», «Чобан оюны», «Татарская пляска», «Су буенда»,

Цыганский танец: «Цыганочка», «Табор»,

Русский танец: «Журавель», «Голубец», «Барыня», «Каблучок (камаринская)»

Белорусский танец: кадрили «Люстэрка», парный танец «Крыжачок» и т. д.

Испанский танец: «Юная Кармен», «Фанданго Андалусии», парный танец «Сарабанда»

Итальянский танец: «Тарантелла», «Старинная Гальярда», мужской танец с платками «Бергамаска».

Выбор танцевального репертуарного плана производится педагогом дополнительного образования, исходя из начального уровня хореографической подготовки и, приобретенных в ходе занятий, навыков обучающихся.

### **Подготовительная группа**

На протяжении учебного года последовательно повторяются упражнения предыдущих лет обучения в более ускоренном темпе и в различных небольших композициях

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

#### **Урок классического танца**

Урок классического танца (закрепление пройденного материала).

1. Экзерсис на середине танца:

- разминка (разогрев)

- упражнения и комбинации классического танца en face и в epaulement; demi-plie и grand plie, releve, battement tendu, с passe, battement tendu jete pique, sur le cou-de-pied, demi-rond с поворотом sutenu, grand battement jete, releve lent, tour chanes, tour на месте по VI позиции, pas balance и т. д

- растяжка в par terre;

часть урока allegro: temps leve soutte, changement de pied, pas échappé, sissonnes, pas chasse, pas glissade, pas assemble.

- port de bras (упражнения для рук, головы и корпуса).

2. Классический этюд — освоение и совершенствование танцевальной техники.

#### **Танцевально-ритмические движения на основе народно-сценического танца**

Обучающиеся разучивают элементы и этюды народных танцев, а также отдельные движения и комбинации, входящие к запланированным танцам (постановкам).

- повтор изученного материала: основные позиции и положения рук, ног, корпуса, головы (женские, мужские, в паре), комбинированные движения для ног, корпуса, рук и головы (temps lie) вперед – назад.

- разминка на месте и по кругу: основные ходы, беги, элементы, движения, элементарные вращения, трюковые элементы (по готовности группы), различных народных танцев.

- растяжка;

- Народный этюд - освоение и совершенствование танцевальной техники (танец по выбору педагога)

#### **Танцевально-ритмические движения на основе современного танца (эстрадного):**

- разминка на месте (по точкам), по кругу, диагонали;

- упражнения на развитие силы мышц, гибкости, эластичности, координации;

Пример разминки, разогрева на середине зала:

Изоляция головы: наклоны вперед назад, в стороны, повороты в стороны, смещение zundari (вперед/назад, в стороны), shimmi, круговые движения головой в различных направлениях

Изоляция плеч: линейные смещения вперед/назад, вниз/вверх и круговые движения, по одному, одновременно и по очереди и т.д.

Изоляция рук: различные движения кистей рук в разных направлениях (ладоней, кулаков, пальцев) — подъем, опускание, одновременное и попеременное, djaz-hand; круговые и полукруговые движения локтевого и плечевого суставов по одному, одновременно и по очереди и т.д.

Изоляция корпуса: наклоны, повороты, перегибы спины, грудной клетки, пелвиса (бедра), dgelli, bodyroll.

Изоляция ног: круговращательные движения и сгибание разгибание коленных суставов, стопы; упражнение на разогрев, растягивание и сокращения икроножных мышц и ахила.

-изучения различных движений современного эстрадного танца (элементы: адаптированный modern, hip-hop и т.д.)

### **Танцевально-ритмические движения, элементы и композиции**

Бальный, историко-бытовой танец по выбору педагога (вальс, полонез, Cha-cha-cha, Quickstep, бранль, кадрили, галоп, мазурка): основные позиции и положения рук, корпуса, ног, головы; основные ходы и беги, элементы, движения, рисунки, передвижения (переходы).

Классический, народный, современный эстрадный танец по выбору педагога.

Пример танцев по выбору:

Татарский танец: «Хоран», «Чобан оюны», «Татарская пляска», «Су буенда»,

Цыганский танец: «Цыганочка», «Табор»,

Русский танец: «Журавель», «Голубец», «Барыня», «Каблучок (камаринская)»

Белорусский танец: кадрили «Люстэрка», парный танец «Крыжачок» и т. д.

Испанский танец: «Юная Кармен», «Фанданго Андалусии», парный танец «Сарабанда»

Итальянский танец: «Тарантелла», «Старинная Гальярда», мужской танец с платками «Бергамаска».

Танцы народов Кавказа, и Востока и т.д.: «Лезгинка», «Горцы», Египетский мужской или женский танец с тростью «Саиди», «Семь вуалей Соломеи» и т.д.

Выбор танцевального репертуарного плана производится педагогом дополнительного образования, исходя из начального уровня хореографической подготовки и, приобретенных в ходе занятий, навыков обучающихся.

## **ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ образовательной программы дополнительного образования «Танцевальная ритмика»**

Диагностика уровня освоения программы проводится в форме промежуточной диагностики в течение всего года и в форме итоговых занятий.

**Промежуточная диагностика** уровня освоения образовательной программы происходит на занятиях по хореографии. Во время занятий наблюдается выполнение танцевальных элементов, музыкально - ритмических упражнений, манера и характер исполнения движений, эмоциональное восприятие музыкального сопровождения и определяется уровень способности каждого ребенка.

Общая система оценки танцевально-ритмических способностей осуществляется по 3-балльной шкале.

3 балла – ребенок выполняет самостоятельно предложенные задания;

2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания;

1 балл – ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает.

Высоким результатом хореографических способностей детей можно считать средний балл от 2,3 до 3.

Средний уровень от 1,5 до 2,2 балла.

Низкий уровень 1,4 балла и ниже.

**Итоговые занятия** проводятся в форме открытого итогового занятия для родителей.

### **Планируемые результаты.**

#### **II младшая группа**

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

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку;

- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);

- равняться в шеренге, в колонне;

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

- маршировать вместе со всеми и индивидуально;

- выполнять основные движения (ходьба и бег) в умеренном и быстром темпе;

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

- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них движением;

- выразительно, ритмично выполнять движения движения в соответствии с ритмическим рисунком;

- самостоятельно начинать и заканчивать движения под музыку.

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

- слушать танцевальную мелодию до конца, узнавать знакомые мелодии;

- замечать изменения в звучании мелодии (тихо – громко);

- выполнять танцевальные движения в соответствии с программой обучения;

- передавать заданные образы в танце

- приветствовать учителя («Поклон – приветствие»);

- показывать элементы народных танцев;

#### **Средняя группа**

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

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;

- приветствовать педагога;

- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);

- равняться в шеренге, в колонне;

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

- выполнять навыки основных движений ходьбы; выполнять бег: легкий и стремительный;

- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий;

- ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

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

- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;
- передавать движения более сложный ритмический рисунок, чем в начале года; передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз;
- самостоятельно начинать движения после вступления музыки и заканчивать движения в конце музыкальной фразы;
- менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;
- выразительно, ритмично передавать движения, согласовывая их с характером музыки.

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

- выполнять танцевальные движения в соответствии с программой обучения;
- передавать заданные образы в танце
- двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между партнерами;
- внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением;
- узнавать плясовые движения по мелодии;
- выполнять элементы классического и народно-сценического урока;
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»).

## **Старшая группа**

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

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно), сохранять правильные дистанции в колонке партнерами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции педагога, по звуковому, жестикулирующему и музыкальному сигналам;
- наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку;
- строиться в колонну «по два», в круг, диагональ, два круга и т.д.;
- перестраиваться из колонны партнерами в колонну «по одному»;
- строиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную.

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

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- реагировать сменой движений на смену характера музыки;
- самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений;
- самостоятельно отмечать в движении ритмический рисунок, акцент;
- реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.

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

- легко, естественно и непринужденно выполнять танцевальные движения в соответствии с программой;
- ритмично, легко и непринужденно действовать с реквизитом (предметом) под музыку;
- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- самостоятельно менять движения в соответствии с трехчастной формой музыкального произведения и музыкальными фразами;
- выразительно передавать игровые образы в танцевальном этюде;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- выполнять элементы классического и народно-сценического урока;

- исполнять хореографические композиции: народного танца, эстрадного танца, классического танца;
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»), приглашать на танец («Поклон – приглашение»).

### **Подготовительная группа**

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

- маршировать в соответствии с метрической пульсацией;
- чередовать ходьбу с приседанием, со сгибами коленей, на носках, широким или мелким шагом, на пятках, держа ровно спину;
- рассчитаться на 1, 2, 3 для последующего построения в 3 колонны, шеренги;
- соблюдать правильные дистанции в колонне «по 3» и в концентрических кругах;
- выполнять перестроение в различных рисунках, изученных в соответствии с программой;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой;
- выполнение движений с реквизитом (предметами) более сложных, чем в предыдущих группах.

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

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передать движением ритмический рисунок мелодии;
- двигаться под любой ритм, заданный педагогом;
- выполнять ритмико-танцевальные упражнения общеразвивающего плана, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц.

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

- легко, естественно и непринужденно выполнять элементы танца в соответствии с программой обучения;
- передавать танцевальных движениях различные нюансы музыки – напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- выразительно действовать с воображаемыми и реальными предметами (реквизитом);
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- выражать свои впечатления от танцевальной музыки в движениях или рисунках;
- сохранять правильное положение корпуса, рук, ног при исполнении танцевальных движений, правильно распределяя дыхание;
- исполнять танцевальные движения индивидуально и коллективно, с сопровождением и без него;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;
- самостоятельно начинать движение после музыкального вступления;
- активно участвовать в выполнении творческих заданий;
- выполнять упражнения народно-сценического и классического экзерсиса;
- выполнять «Поклон – приветствие», «Поклон – приглашение»;
- выполнять элементы классического и народно-сценического урока;
- исполнять хореографические композиции в соответствии с программой обучения: народный, современный эстрадный, классический, бальный (историко-бытовой) танец



**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**  
**образовательной программы дополнительного образования**  
**«Танцевальная ритмика»**

Для реализации программы в МБДОУ № 3 «Ягодка» имеется следующее материально-техническое обеспечение:

1. Музыкальный зал.
2. Технические средства обучения (звуковые):
  - Мультимедийная система;
  - реквизит;
  - Пианино.
3. Набор СД – дисков с записями мелодий.
4. Нотное приложение.

**Список литературы:**

1. Александрова, Н. А. Танец модерн. Пособие для начинающих : учебное пособие / Н. А. Александрова, В. А. Голубева. — 5-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2022. — 128 с.
2. Александрова, Н. А. Классический танец для начинающих : учебное пособие / Н. А. Александрова, Е. А. Малашевская. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2021. — 120 с.
3. Александрова, Н. А. Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и понятий : словарь / Н. А. Александрова. — 2-е изд., испр. и доп. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2011. — 624 с.
4. Александрова, Н. А. Вальс. История и школа танца / Н. А. Александрова, А. Л. Васильева. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2013. — 224 с.
5. Александрова, Н. А. Джаз-танец. Пособие для начинающих : учебное пособие / Н. А. Александрова, Н. В. Макарова. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2015. — 192 с.
6. Архипова, М. Л. Психология художественного творчества и специальная педагогика : учебное пособие / М. Л. Архипова. — Москва : РГУ им. А.Н. Косыгина, 2020. — 31 с.
7. Базарова, Н. П. Классический танец : учебное пособие / Н. П. Базарова. — 6-е, стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. — 204 с.
8. Базарова, Н. П. Азбука классического танца. Первые три года обучения : учебное пособие / Н. П. Базарова, В. П. Мей. — 9-е, стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. — 272 с.
9. Безуглая, Г. А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа : учебное пособие / Г. А. Безуглая. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2015. — 272 с.
10. Богданов, Г. Ф. Основы хореографической драматургии : учебное пособие / Г. Ф. Богданов. — 6-е, стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. — 168 с.
11. Богданов, Г. Ф. Русский народно-сценический танец: методика и практика создания : учебное пособие / Г. Ф. Богданов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2019. — 480 с.
12. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика 3 [Текст] : программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет / А. И. Буренина. - Изд. 3-е, перераб. и доп. - Санкт-Петербург : Музыкальная Палитра, 2012. - 192 с.

13. Ваганова, А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова. — 9-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2007. — 192 с.
14. Вербовская, Е.В. Технология двигательного-экспрессивного развития ребенка 5-6 лет : методическое пособие / Е. В. Вербовская ; Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования "Нижегородский институт развития образования". - Нижний Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2019. - 300, [1] с.
15. Громова, Е. Н. Детские танцы из классических балетов с нотным приложением : учебное пособие / Е. Н. Громова. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2010. — 400 с.
16. Даренская, Н. В. Белорусский танец : учебно-методическое пособие / Н. В. Даренская. — Омск : ОмГУ, 2011. — 92 с.
17. Даренская, Н. В. Молдавский танец : учебное пособие / Н. В. Даренская. — Омск : ОмГУ, 2017. — 120 с.
18. Даренская, Н. В. Композиция и постановка народно-сценического танца : учебное пособие / Н. В. Даренская, Л. Я. Николаева. — Омск : ОмГУ, 2017. — 72 с.
19. Дмитриева, Т.А. Развитие музыкальных способностей дошкольников средствами игровой деятельности на уроках ритмики : на материалах работы в ДМШ : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.02 / Дмитриева Татьяна Александровна; [Место защиты: Моск. гор. пед. ун-т]. - Москва, 2011. - 186 с.
20. Еремина-Соленикова, Е. В. Старинные бальные танцы. Новое время / Е. В. Еремина-Соленикова. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2010. - 256 с.
21. Есаулов, И. Г. Устойчивость и координация в хореографии : учебно-методическое пособие / И. Г. Есаулов. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2019. — 160 с. —
22. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа : учебное пособие / Д. Зайфферт ; перевод с нем. В. Штакенберг. — 6-е, стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. — 128 с.
23. Зарецкая, Н.В. Танцы в детском саду / Наталия Зарецкая, Зинаида Роот. - 5-е изд. - Москва : АЙРИС ПРЕСС, 2008. - 108 с.
24. Зарипов, Р. С. Драматургия и композиция танца : учебное пособие / Р. С. Зарипов, Е. Р. Валяева. — 2-е, стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. — 768 с.
25. Захарова, О. Ю. Балы России второй половины XIX — начала XX века / О. Ю. Захарова. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2012. — 176 с.
26. Ивановский, Н. П. Бальный танец XVI — XIX веков : учебное пособие / Н. П. Ивановский. — 5-е, стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. — 256 с.
27. Касиманова, Л. А. Основные формы народного танца. Теория и методика преподавания : учебное пособие / Л. А. Касиманова. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2019.
28. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей (уч.пос. для воспит и пед) / Г.А. Колодницкий. - М.: Изд-во Гном-Пресс, 1997 г. - 64 с.
29. Лапшина, А. М. Пластическое воспитание. Танец : учебное пособие / А. М. Лапшина. — Омск : ОмГУ, 2015. — 104 с.

30. Луговская, А.Е. Ритмические упражнения, игры и пляски : Для детей дошкол. и мл. шк. возраста: В сопровожд. фп. / Общ. ред. и предисл. Т. Дормидонтовой; Введ. авт. - М. : Сов. композитор, 1991. - 110 с.
31. Лыкова, И.А. Талантливые дети [Текст] : индивидуальный подход в художественном развитии : книга для педагогов и родителей : [16+] / И. А. Лыкова, А. И. Буренина. - Москва : Цветной мир, 2012. - 142, [1] с.
32. Максин, А. Изучение бальных танцев : учебное пособие / А. Максин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2010. — 48 с.
33. Мигунова, Е. В. Педагогическое сопровождение театрализованной деятельности в детском саду : учебно-методическое пособие / Е. В. Мигунова. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2023. — 172 с.
34. Нарская, Т. Б. Историко-бытовой танец : учебно-методическое пособие / Т. Б. Нарская. — Челябинск : ЧГИК, 2015. — 228 с. —
35. Немова, Г.В. Праздники, игры и танцы для дошкольников / Г. В. Немова, А. Н. Малышева. - Ярославль : Акад. развития ; Владимир : ВКТ, 2008. - 223 с.
36. Нестеренко, А. С. «Разноцветный мир, звучи!» Авторские программы музыкально-эстетического развития для детей дошкольного возраста / А. С. Нестеренко ; Худож.: Нестеренко А. С.. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2023. — 212 с.
37. Носкова-Бекк, О. Л. Танцевально-ритмическое развитие детей 3–7 лет. Танцевингрия : учебное пособие / О. Л. Носкова-Бекк. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2023. — 48 с.
38. Руднева, Л. В. Музыкальное сопровождение к уроку классического танца : учебное пособие / Л. В. Руднева. — 3-е, стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. — 72 с.
39. Суворова, Т.И. «Танцевальная ритмика» / Т.И. Суворова — Изд-во: Музыкальная палитра, С.-Пб., 2005 г. - 89 с.
40. Фирилёва, Ж. Е. Танцы и игры под музыку для детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Ж. Е. Фирилёва, А. И. Рябчиков, О. В. Загрядская. — 5-е, стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. — 160 с. — ISBN 978-5-8114-5584-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/145977>
41. Холл, Д. Учимся танцевать : Веселые уроки танцев для дошколят / Джим Холл; [пер. с англ. Т.В. Сидорина]. - 2-е изд. - Москва : АСТ : Астрель, 2009. - 184, с.
42. Шарова, Н. И. Детский танец : учебное пособие / Н. И. Шарова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2016. — 64 с.
43. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения». Письмо МО РФ от 14.03.2000 г. № 65/ 23-16
44. Роот, З.Я. Танцы с нотами для детского сада / Зинаида Роот. - 3-е изд. - Москва : Айрис пресс, 2008. - 109, [2] с.
45. Зарецкая, Н.В. Танцы для детей младшего дошкольного возраста : пособие для практических работников ДОУ / Н. В. Зарецкая. - 2-е изд. - Москва : Айрис-пресс, 2008 (Можайск (Моск.обл.) : Можайский полиграфкомбинат). - 90, [2] с.
46. Зарецкая, Н.В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста : пособие для практических работников ДОУ / Н. В. Зарецкая. - Москва : Айрис-Пресс, 2008. - 108, [1] с.