

Принята на заседании педсовета
«31» августа 2023г.
№ протокола 1

Утверждаю:
Зав. МБДОУ № 61
Вахрушева О.
Приказ № 98 от 01.09.23 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ТРОПИНКА В МИР ТАНЦА».**

ХОРЕОГРАФИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ 2 – 7 ЛЕТ.

Художественная направленность программы

Срок реализации 5 лет.

Составитель:
Педагог дополнительного
образования
Орлова Ю.А.

г. Екатеринбург, 2023г.

Содержание

1. Целевой раздел

- 1.1. Пояснительная записка.
- 1.3. Цель и задачи программы
- 1.4. Принцип построения программы
- 1.5. Планируемые результаты освоения программы
- 1.6. Методика оценивания достижений воспитанников, контрольно – измерительные материалы.

2. Содержательный раздел

- 2.1. Основные направления и содержание деятельности
- 2.2. Календарный учебный график
- 2.3. Учебно-тематическое планирование
- 2.4. Формы работы с воспитанниками
- 2.5. Методические приемы, осуществляемые при реализации программы

3. Организационный раздел.

- 3.1. Материально-технические условия для реализации программы
- 3.2. Примерный перечень материалов оборудования.
- 3.3. Список литературы

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 61 (далее МБДОУ) реализует дополнительную общеобразовательную программу для детей 3-7 лет художественной направленности «Тропинка в мир танца» (далее Программа) срок реализации данной Программы от 3 до 7 лет.

Для освоения Программы дети могут поступать в МБДОУ в течении всего календарного года.

Основанием для разработки Программы являются следующие нормативные правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред.)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008 г. «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26 (с изм. От 04.04.2014 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049 – 13 «санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
- Закон Свердловской области от 15.07.2013 г. № 78-ОЗ (ред. От 17.10.2013 г. «Об образовании в Свердловской области»

Движение – естественная потребность человека с момента его развития. Дети по природе своей подвижны, восприимчивы к музыке, не скрывают своих эмоций, для них танец – естественное состояние души и тела. Он помогает детям раскрепостить внутренние силы, дает выход спонтанному чувству танцевального движения, позволяет почувствовать свою национальную принадлежность. Танец раскрывает красоту человеческого тела, музыкальные, физические и эстетические качества.

Программа по хореографии нацелена на удовлетворение постоянно изменяющихся индивидуальных, культурных, духовных и образовательных потребностей детей, создание

условий для творческого развития каждого ребенка, его адаптации в меняющемся мире и приобщении к культурным ценностям. 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.

1.1. Направленность программы

Художественно – эстетическая направленность программы. **Художественно-эстетическое развитие** предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей

1.2. Актуальность программы

Актуальность занятий хореографией обусловлена тем, что движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную память, учат благородным манерам. Воспитанники познают многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях хореографией, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают детей к миру

прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку.

Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащихся. В танце находят выражение жизнелюбие и активность детей, развивается их творческая фантазия, творческие способности: воспитанники учатся сами создавать пластические образы. Выступление перед зрителями является главным воспитательным средством: переживание успеха приносит детям моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувства ответственности, дружбы, товарищества.

Основной отличительной особенностью программы от уже существующих, является синтез ведущих методик, создание своей разработанной системы хореографической работы с детьми, обеспечивающей их всестороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей. Комплексный подход в обучении, его многожанровый характер. Разнообразные виды ритмики на народно – танцевальной основе, образная партерная гимнастика, детский современный танец, свободная пластика и гимнастика, пантомима, игра, импровизация – всё это обеспечивает гармонический, комплексный характер обучения. Всё это в свою очередь задействует наибольшее количество чувств ребенка. Кроме того, комплексность и многожанровость обеспечивает не только оптимальное обучение ребенка, но и позволяет на раннем этапе, в раннем возрасте выявить его наклонности и развить творческие способности в определенном виде танцевального искусства.

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 точно выполнять движения. Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными

качествами, на занятиях хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Программа по хореографии предполагает постепенное расширение и глубокое усвоение теории и практики путем прохождения по годам обучения и рассчитана на 4 года для детей от 3 до 7 лет с учетом возрастных и психологических особенностей личности каждого ребенка. Занятия проводятся в младшей, средней, старшей, подготовительной группе – 2 раза в неделю. Длительность занятий соответствует возрастным особенностям детей: младшая группа – 20 мин., средняя группа – 25 мин., старшая группа – 25 мин, подготовительная группа – 30 мин.

1.3. Цель и задачи программы

Цель:

Создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка, в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи:

обучающие:

1. формирование знаний об основных хореографических понятиях;
2. формирование знаний по исполнению экзерсиса у станка и на середине;
3. обучение навыкам постановочной и концертной деятельности;

развивающие:

1. формирование и развитие специальных навыков и умений по хореографии;
2. формирование и развитие познавательного интереса к хореографическому искусству и общей культуры личности;
3. формирование и развитие способностей к самостоятельной и коллективной работе;
4. развитие коммуникативных способностей обучающихся через учебно-практическую деятельность;
5. развитие способности творческого выполнения практической деятельности;
6. развитие способности использовать приобретённые предметные знания и опыт практической деятельности для решения задач реальной жизни;

воспитательные:

1. воспитание эстетического восприятия;
2. воспитание всесторонне развитой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;

3. создание условий для общения и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей;

4. формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению (готовности к трудовой деятельности).

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографии с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

1.4. Принципы построения программы:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учетом возможностей ребенка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

1.5. Планируемые результаты освоения программы:

В результате освоения программы воспитанники получают целый комплекс знаний и приобретают определенные умения.

Целевые ориентиры освоения программы за весь срок ее реализации:

- Владеть основными хореографическими упражнениями по программе каждого года обучения.
- Уметь передавать свои чувства и переживания с помощью красивых жестов, движений, поз, мимики.
- Уметь самостоятельно импровизировать, создавать несложные композиции танца под музыку разного характера.
- Ориентироваться в традициях народной культуры, знать танцевальные движения и «грамотно» использовать их в хореографических композициях.
- Приобрести комплекс специальных знаний и навыков в музыкальном фольклоре, уметь сочетать движения с характером произведения.

Планируемые результаты 1-го года обучения:

Дети будут уметь ориентироваться в зале, строиться в круг, 2 круга и колону. Уметь выполнять ритмические танцы и комплексные упражнения под музыку. Уметь хлопать и топать в такт музыке. Знать отдельные упражнения танцевально – ритмической гимнастики. Уметь ритмично двигаться под музыку в разных темпах и передавать хлопками и притопами простейшие ритмические рисунки. Владеть основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения.

1.6. Методика оценивания достижений воспитанников, контрольно – измерительные материалы.

Методика выявления уровня развития чувства ритма

(Разработана на основе методик А.Н.Зиминой И А.И.Бурениной).

Цель: выявление уровня развития чувства ритма.

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

Младший – средний дошкольный возраст

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение.

- 1) *соответствие движений характеру музыки с контрастными частями:*
 - высокий* – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений в соответствии с изменением характера музыки, чувствует начало и конец музыки;
 - средний* – производит смену движений с запаздыванием, по показу взрослого;
 - низкий* – смену движений не производит, не чувствует начало и конец музыки.
- 2) *соответствие движений ритму музыки:*
 - высокий* – ребёнок чётко ритмично выполняет движения;
 - средний* – выполняет движения с ошибками;
 - низкий* – движения выполняются неритмично.
- 3) *соответствие движений темпу музыки:*
 - высокий* – ребёнок чувствует смену темпа, самостоятельно отмечает это сменой движения;
 - средний* – чувствует смену темпа с запаздыванием, движения меняет по показу взрослого или других детей;
 - низкий* – не чувствует смену темпа, движения меняет с большим опозданием.
- 4) *координация движений и внимание («Ритмическое эхо» со звучащими жестами):*
 - высокий* – ребёнок выполняет все движения без ошибок;
 - средний* – допускает 1-2 ошибки;
 - низкий* – не справляется с заданием.

Воспроизведение метра и ритма.

- 1) *воспроизведение метрической пульсации музыкального произведения в хлопках:*
 - высокий* – ребёнок точно воспроизводит метрическую пульсацию музыкального произведения;
 - средний* – на протяжении выполнения задания кратковременно теряет ощущение метра (спешит, запаздывает), но в целом справляется с заданием.
 - низкий* – беспорядочные хлопки.
- 2) *воспроизведение ритма знакомой песни под пение педагога или своё пение:*
 - высокий* – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок знакомой песни
 - средний* – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;
 - низкий* – неверно воспроизводит ритм песни.
- 3) *воспроизведение ритмического рисунка в хлопках («Ритмическое эхо»):*
 - высокий* – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;
 - средний* – допускает 2-3 ошибки;
 - низкий* – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

Старший дошкольный возраст.

Критерии уровня развития чувства ритма:

Движение.

- 1) *передача в движении характера знакомого музыкального произведения (3-х частная форма):*
 - высокий* – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;
 - средний* – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

2) **передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:**

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

средний – движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

3) **соответствие ритма движений ритму музыки:**

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

4) **координация движений и внимание («ритмическое эхо со звучащими жестами»):**

высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием.

Воспроизведение ритма.

1) **воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение:**

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок знакомой песни;

средний – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

2) **воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на инструменте:**

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок мелодии;

средний – воспроизводит ритм песни с ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

3) **воспроизведение ритма песни шагами:**

высокий – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу;

средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

4) **воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах («ритмическое эхо»):**

высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний – допускает 2-3 ошибки;

низкий – не верно воспроизводит ритмический рисунок

Творчество.

1) **сочинение ритмических рисунков:**

высокий – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

средний – использует стандартные ритмические рисунки;

низкий – не справляется с заданием.

2) **танцевальное:**

высокий – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

средний – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка

- **Координация, ловкость движений** – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

- **Творческие проявления** - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

- **Гибкость тела** – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к ковра. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.

3см и меньше – низкий уровень (*1 балл*).

4-7см – средний уровень (*2 балла*)

8-11см – высокий уровень (*3 балла*).

Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

- **Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

Упражнение «Кто из лесу вышел?»

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

Упражнение «Заведи мотор».

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

Упражнение «Страусы».

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

1 балл – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

- **Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

- **Развитие чувства ритма.** Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно используя короткие отрывочные высказывания.

Упражнения с ладошками.

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1.4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).

2.3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).

3.2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.

4.1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.

Первый уровень (высокий 15-18 баллов) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний 10-14 баллов). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому 6-9 баллов) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

2. Содержательный раздел программы:

Формы работы с воспитанниками.

В программе использованы **приоритетные формы занятий кружка:** интегрированные, интегрированные с элементами импровизации, индивидуальные. В репетиционно- постановочные занятия включены количество разделов программы самостоятельно, интегрируя их в зависимости от сложности постановки танца или его тематики.

За четыре месяца обучения, когда складываются межличностные отношения и система ценностей в коллективе, главные идеи и основы эффективности танцевальной деятельности воспитанников достигаются через игровые технологии. Игра используется как метод обучения развития и воспитания.

Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность

Учебный план на 5 лет обучения

-	Разделы	Количество часов по годам				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1	Музыкально – ритмические занятия	64	56	48	26	20
2	Элементы партерной гимнастики	-	4	4	8	10
3	Элементы основ классического танца	-	-	-	4	4
4	Элементы народно – сценического танца	-	6	8	12	14
5	Детские – современные танцы	-	6	12	18	20
6	Актерское мастерство	-	-	-	4	4
	Всего часов	-	72	72	72	72

Первый год обучения

Тема	Часы	Программное содержание	Использованные упражнения, движения
«Волшебная страна»	2	Познакомить с поклоном. Развивать музыкальный слух, воображение, фантазию	Построение на точки. Поклон. Хлопки в различных ритмических рисунках, притопы.
«Ритмическая мозаика»	2	Развивать музыкальную и двигательную память. Учить выполнять движения в ритме мелодии: хлопки в различных ритмических рисунках, прыжки.	Хлопки в различных ритмических рисунках. Прыжки на месте.
«Веселый мяч»	2	Развивать прыгучесть, вестибулярный аппарат,	Прыжки на месте. Прыжки с продвижением вперед. Повороты

		ритмичность движений.	вокруг себя.
«Дождя не боимся»	2	Учить выполнять движения в ритме мелодии, танцуя с предметами (используя погремушку).	Танцевальные движения в такт музыке, держа предмет поочередно в правой и левой руке.
«Хоровод в лесу»	4	Развивать воображение и фантазию. Упражнять в различных видах ходьбы.	Построение в круг. Хороводный шаг по кругу, на всей ступне. Ходы по кругу: «Лиса замечает следы», «Серый волчок», «Зайчишка», «Медвежонок».
«Аэробика для зверят»	4	Формировать художественно – образное восприятие и мышление. Обогащать двигательный опыт танцевальными видами движений, имитирующих поведение животных и птиц.	Прыжки «Лягушата» (на двух ногах вправо – влево; на месте). Ход по кругу: «Лиса крадется», «Лиса путает следы», «Лиса притаилась». Прыжки с продвижением вперед «Зайчики». Плавные движения рук «Птицы».
«Калейдоскоп движений»	4	Учить танцевать с предметами (используя платочки). Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку.	Упражнения головой «Часики»: повороты вправо – влево, наклоны вперед – назад. «Незнайка» - поднимать, опускать плечи. «Каблучки» - поочередное выставление ног в сторону на пятку. Виды простых шагов вперед, в сторону, с полуприседаниями. Невысокие прыжки. Танцевальная композиция «Стирка».
«Круг»	4	Учить ориентироваться в пространстве; строить круг, сужать и расширять его. Использовать обруч.	Построение в круг. Держась за руки, сужать и расширять круг. Ход по кругу, по линии танца и против линии танца. Боковой галоп (с обручем «Карусель»).
«Новогодний бум»	4	Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения в элементах танца и игры. Учить ориентироваться в пространстве, танцевать в паре.	«Растирание» своих ладоней и спинки соседа. Хлопки в паре, повернувшись лицом друг к другу. Построение в круг. Боковой галоп. Движения в паре: «Паровозик», «Дружба». Музыкальная игра «Кидание снежков». Этюд на расслабление мышц «Сосулька».
«Кружится снежинок хоровод»	4	Вырабатывать умения внимательно слушать музыку во время движения. Развивать способность фантазии и импровизации. Использовать атрибут	«Снежинки» - медленное покачивание и кружение на месте. «Метель» - легкий бег по кругу. Движения рук с лентами: «змеяка», «круг», «хвостик», «волна».

		«снежинки», «ленточки».	
«Раз ладошка, два ладошка»	2	Развивать музыкальность, чувство ритма.	Хлопки в различных ритмических рисунках. Хлопки в паре.
«Буратино»	2	Учить координировать движения рук и ног. Развивать способность фантазии.	Выпад вправо – влево, с добавлением движений рук.
«Солнечный зайчик»	4	Развивать координацию движений. Учить согласовывать движения рук и ног.	Упражнения на координацию: «Веер», «Фонарик». Приставной боковой шаг вправо – влево. Прыжки «Разножка». Приседание «Пружинка» с поворотом корпуса. Невысокие прыжки на месте, с хлопками над головой.
«Веселые ножки»	2	Учить правильно выполнять движения ног, прыжки.	«Каблучки» - поочередное выставление ног на пятку, во всех направлениях. Прыжки на месте и с продвижением вперед. «Топотушки».
«Вместе весело шагать»	4	Развивать внимание, чувство ритма. Учить строиться и перестраиваться в круг и на «точки».	Шаг по кругу: на полупальцах, на пяточках, с чередованием «полупальцы – пяточки». Шаг с высоким подниманием колена «Кошка». Повороты вокруг себя, с движениями рук. Танцевальная композиция «Цыплята».
«Гномики»	4	Учить начинать и заканчивать движения вместе с музыкой. Использовать атрибут «подушки».	Комбинация движений последовательного пробуждения после сна: «потягивание», «зевание», «постукивание по подушке». Выпады вправо – влево. Танцевальная композиция «Гномики»
«Русские узоры»	6	Знакомить детей с простейшими элементами русского танца. Воспитывать интерес к русскому народному танцу.	Хороводный шаг на всей ступне и на полупальцах. «Полуприсядка». Положения рук: 4-я позиция – «подбоченившись»; 3-я позиция – руки вверх. Выставление ноги в сторону на пятку, через высокое поднимание колена. Полуприседания с разворотом корпуса вправо – влево. Бег с «захлестом» ног назад. «Топотушки». «Ковырялочка»
«Смени пару»	2	Учить ориентироваться в пространстве, взаимодействовать в паре.	Построение на «точки» парами. Хлопки в ладоши. «Лодочка», «Пружинка» в паре.

			Смена пары по сигналу.
«Чунга – Чанга»	4	Учить координировать движения рук и ног. Использовать гимнастические палки.	Хлопки в различных ритмических рисунках. Движение «Чунга – Чанга»: переменный шаг на месте, с высоким подниманием колен и движениями рук, согнутых в локтях – вверх, вниз. Покачивание вправо – влево. Упражнения с гимнастической палкой: прыжки вправо-влево, вокруг. Боковой галоп. Танцевальная композиция «Заводная обезьяна».
«Танцевальная мозаика»	2	Развивать музыкальную и двигательную память. Использовать обручи.	Полуприседания. Движения ног «Твист». Движения рук: «Моторчик», хлопки в ладоши, хлопки по плечам. Вращение обруча двумя руками и «свободное вращение» (раскрутить и отпустить обруч). Перестроение в круг, боковой галоп «Карусель» (держат за обруч «свой» и «соседа слева»).
Всего 64 часа			

2 год обучения.

Цель: Формирование музыкально – ритмических навыков детей, развитие их творческих способностей, на основе музыкально – ритмических элементах занятий.

Задачи:

- Развивать музыкальную и двигательную память;
- вырабатывать умения внимательно слушать музыку во время движения;
- начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- учить передавать в движении ритм сменяющихся разнохарактерных тем.

Тема	Часы	Программное содержание	Использованные упражнения, движения
«Волшебная страна»	2	Познакомить с азами танцевального искусства. Развивать музыкальный слух, воображение, фантазию	Хлопки в различных ритмических рисунках. Упражнение «Наши ручки», «Чашка, домик, пластилин». Выставление ноги на носок, вперед, в сторону.
«Ритмическая мозаика»	2	Развивать музыкальную и двигательную память. Учить выполнять движения в ритме мелодии: хлопки в различных ритмических рисунках, повороты, прыжки, комплекс движения рук.	Хлопки в различных ритмических рисунках. Движения рук: «Моторчик» - 8 раз, хлопки в ладоши – 8 раз, хлопки по плечам – 8 раз. Упражнения на координацию: повороты вправо – влево, прыжки вперед – назад.
«Веселый мяч»	2	Развивать прыгучесть,	Прыжки на месте. Прыжки вправо –

		вестибулярный аппарат, ритмичность движений.	влево, вперед – назад. Повороты в сторону, с добавлением приседания.
«Хоровод в лесу»	2	Развивать воображение и фантазию. Упражнять в различных видах ходьбы.	Хороводный шаг по кругу, на всей ступне. Ходы по кругу: «Лиса замечает следы», «Серый волчок», «Зайчишка», «Медвежонок».
«Веселый круг»	2	Учить перестраиваться из большого круга в маленький.	Ходьба по кругу друг за другом. Перестроение в маленький круг (держась за руки, сужать и расширять круг). Ритмические упражнения головой, плечами, стопами.
«Аэробика для зверят»	2	Формировать художественно – образное восприятие и мышление. Обогащать двигательный опыт танцевальными видами движений, имитирующих поведение животных и птиц.	Прыжки «Лягушата» (на двух ногах вперед – назад; вправо – влево; на месте; с поворотом на половину круга). Ход по кругу: «Лиса крадется», «Лиса путает следы», «Лиса притаилась». Прыжки с продвижением вперед «Зайчики».
«Мы шагаем»	2	Учить выполнять движения в ритме мелодии.	Шаг с подниманием коленей. Легкие подскоки. Боковой приставной шаг. Поворот вокруг своей оси.
«Осенние листья»	2	Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку. Учить координировать движения рук и ног.	Тряска раскрытых ладоней «Листики шуршат». Приседания с плавными движениями рук над головой. Легкий бег друг за другом, не сталкиваясь.
«Радуга»	2	Учить танцевать с предметами (используя маленькие мячики). Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку.	Виды простых шагов вперед, назад, с приседаниями и поворотами. Невысокие прыжки. Наклоны вправо, влево.
«Калейдоскоп движений»	2	Учить выполнять движения в ритме мелодии.	Упражнения головой «Часики»: повороты вправо – влево, наклоны вперед – назад. «Незнайка» - поднимать, опускать плечи. «Каблучки» - поочередное выставление ног вперед и в сторону, на пятку. «Топотушки» - притопывания поочередно правой, левой ногой. Прыжки вперед – назад, вправо – влево.
«Вальс цветов»	2	Учить начинать и заканчивать движения вместе с музыкой.	Легкий бег по кругу. Перестроение в маленький и большой круг. Покачивание вправо-влево, поворот вокруг своей оси. Приседания с движениями рук.

«Круг и кружочки»	2	Учить ориентироваться в пространстве; строить круг, сужать и расширять его. Строиться в 2 отдельных круга.	Построение в круг. Держась за руки, сужать и расширять круг. Перестроение в 2 круга. Поочередное приседание каждого круга. Ход по кругу, по линии танца и против линии танца.
«К нам приходит Новый год»	2	Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения в элементах танца и игре.	Построение в круг парами. «Растирание» своих ладоней и спинки соседа. Хлопки в паре, повернувшись лицом друг к другу. Игра «Кидание снежков».
«Новый год у ворот»	2	Учить ориентироваться в пространстве, танцевать в паре.	Построение в круг парами, лицом друг к другу Кружения в паре «Лодочка» Движения в паре: «Паровозик» Этюд на расслабление мышц «Сосулька».
«Кружится снежинок хоровод»	2	Вырабатывать умения внимательно слушать музыку во время движения.	Девочки «снежинки», мальчики «метель». Под медленную музыку танцуют девочки, под быструю – мальчики.
«Кукла Барби и Кевин»	2	Формировать правильную осанку и координацию движений. Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку.	Поклон для девочки и для мальчика. Покачивание в стороны. «Твист» - одной ногой. Поочередные приседания (девочки, затем мальчики)
«Раз ладошка, два ладошка»	2	Развивать музыкальность, чувство ритма.	Хлопки в различных ритмических рисунках. Хлопки в паре.
«Буратино»	2	Учить координировать движения рук и ног. Развивать способность фантазии.	«Буратино» - движение рук, ног и корпуса. Упр. на координацию: «Цветочек», «Фонарик».
«Волшебный цветок»	2	Учить ориентироваться в пространстве. Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку.	Построение в круг, 2 круга. Поочередные приседания в кругу. Движение рук «Цветочки – лепесточки».
«Солнечный зайчик»	2	Развивать координацию движений. Учить согласовывать движения рук и ног.	Упражнения на координацию: «Веер», «Фонарик». Приставной боковой шаг вправо – влево. Приседание «Пружинка» с разворотом корпуса. Невысокие прыжки на месте, с хлопками над головой.
«Веселые ножки»	2	Учить правильно выполнять движения ног, прыжки.	«Каблучки» - поочередное выставление ног на пятку (вперед, в сторону) Прыжки на месте и с продвижением

			вперед. Боковой галоп.
«Мотивы русской пляски»	2	Познакомить детей с простейшими элементами русского народного танца. Воспитывать интерес и любовь к танцу.	Изучение поклона русского народного танца. Положение рук: «подбоченившись» (руки на поясе, локти направлены в стороны). Хлопки в различных танцевальных рисунках. Полуприседания с разворотом корпуса. Движение ног «Ковырялочка». «Топотушки» на месте. Галоп в сторону.
«Русская пляска»	2	Продолжать знакомить детей с простейшими элементами русского народного танца. Воспитывать интерес и любовь к танцу.	Хлопки в различных танцевальных рисунках. Движения ног «Каблучок», «Ковырялочка» с переступанием. «Топотушки» с продвижением вперед. Прыжки на месте на двух и одной ноге. Галоп вправо, влево.
«Вместе весело шагать»	2	Развивать внимание, чувство ритма. Учить строиться в колонку по одному.	Шаг по кругу: с носка, на полупальцах, на пяточках, с чередованием «полупальцы – пяточки». Шаг с высоким подниманием колена «Кошка». Легкий бег. Построение в 1 колонну.
«Веселые пары»	2	Учить танцевать в паре. Развивать чувство ритма.	Ритмические хлопки в паре, развернувшись, лицом друг к другу. Повороты в паре «Лодочка». Полуприседания в паре, с выставлением ноги на пятку. Галоп в паре.
«Я на солнышке лежу»	2	Развивать умение управлять своим телом. Развивать гибкость, пластику движений.	В положении сидя: упр., для ног «Клювик – утюжок». В положении лежа на животе: «Загораем», «Рыбка». В положении лежа на спине: «Ножницы», «Звезда», «Жук упал».
«Канителька»	2	Развивать чувство ритма, темпа. Развивать умение управлять своим телом.	Танцевальные движения рук, ног, корпуса в заданном темпе (медленно, быстро). Игра на расслабление «Сосульки».
«Зверобика»	2	Формировать художественно – образное восприятие и мышление, имитируя движения животных, птиц.	Ход по кругу, друг за другом, имитируя движения: лисы, кошечки, лошадки, пингвина, мартышки, гуся, черепахи. Упражнения на координацию: стойка «Цапля»; разновидность прыжков «Лягушата». Подскоки «Мартышки» - на месте и с

			продвижением по кругу.
«Смени пару»	2	Учить ориентироваться в пространстве, танцевать в паре.	Построение в круг, парами. Хлопки в ладоши, «Лодочка» в паре. Смена места в паре. Смена пары (дети, стоявшие во внешнем кругу передвигаются по линии танца, меняя место в паре).
«Чунга – Чанга»	2	Учить координировать движения рук и ног.	Хлопки в различных ритмических рисунках. Движение «Чунга – Чанга»: переменный шаг на месте, с высоким подниманием колен и движениями рук, согнутых в локтях – вверх, вниз. Движение рук «Ушки»: попеременное поднимание – опускание рук, согнутых в локтях. Покачивание вправо – влево. Боковой галоп вправо – влево, с движениями рук «Ушки».
«Танцевальная мозаика»	2	Развивать музыкальную и двигательную память.	Построение и перестроение в круг и 1 колонну. Полуприседания. Переминание с ноги на ногу. Движения рук: «Моторчик», хлопки в ладоши, хлопки по плечам.
«Большой хоровод»	2	Формировать художественно – образное восприятие и мышление. Прививать любовь к русским народным танцам.	Построение в круг. Хороводный шаг по кругу, держась за руки (на всей ступне, на полупальцах). Ход «с носка» по кругу. Подскоки по кругу.
«Игропластика»	2	Развивать мышечную силу и гибкость.	Упражнения для ног: «Клювик», «Утюжок», «Складочка». Лежа на животе: «Качели», «Рыбка».
«Шалунишки»	2	Развивать прыгучесть, вестибулярный аппарат, ритмичность движений.	Движение рук и ног, с поворотом – «Рычажок». Прыжки на месте, с хлопками над головой. Пружинка «Виляй хвостиком».
«Заводные игрушки»	2	Продолжать координировать движения рук и ног под музыку.	Резкие махи рук, согнутых в локтях. Наклоны вперед, к выставленной на пятку, ноге. Движение рук «Часики».

«Ленточка, танцуй!»	2	Учить танцевать с предметами (с ленточками), ориентируясь в пространстве.	Плавные движения рук «сверху – вниз». Волнообразные движения рук «сверху – вниз». Круговые движения рук. Построение в круг, 2 отдельных круга, 1 колонну, в пары.
Всего 72 часа			

Третий год обучения

Цель: Развивать умение управлять своим телом. Формирование музыкально – ритмических навыков детей, развитие их творческих способностей, на основе музыкально – ритмических элементах занятий.

Задачи:

- Развивать музыкальную и двигательную память;
- вырабатывать умения внимательно слушать музыку во время движения;
- начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- учить передавать в движении ритм сменяющихся разнохарактерных тем.

Ожидаемые результаты:

Дети будут уметь ориентироваться в зале, строиться в круг, шеренги и колонны. Уметь выполнять ритмические танцы и комплексные упражнения под музыку. Уметь хлопать и топтать в такт музыке. Знать отдельные упражнения танцевально – ритмической гимнастики. Уметь ритмично двигаться под музыку в разных темпах и передавать хлопками и притопами простейшие ритмические рисунки. Владеть основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения.

Тема	Часы	Программное содержание	Использованные упражнения, движения
«Волшебная страна»	2	Познакомить с азами танцевального искусства. Развивать музыкальный слух, воображение, фантазию	Хлопки в различных ритмических рисунках. Упражнение «Наши ручки», «Чашка, домик, пластилин». Выставление ноги на носок, вперед, в сторону.
«Ритмическая мозаика»	2	Развивать музыкальную и двигательную память. Учить выполнять движения в ритме мелодии: хлопки в различных ритмических рисунках, повороты, прыжки, комплекс движения рук.	Хлопки в различных ритмических рисунках. Упражнения на координацию: повороты вправо – влево, прыжки вперед – назад. Demi plie по 6 поз., relive – с чередованием. Построение в 3 колонки. Каждая колонка поочередно выполняет движения: «Моторчик» - 4 раза, хлопки в ладоши – 4 раза, хлопки по плечам – 4 раза. Затем, движения рук выполняют все

			вместе.
«Веселый мяч»	2	Развивать прыгучесть, вестибулярный аппарат, ритмичность движений.	Прыжки на месте. Прыжки вправо – влево, вперед – назад. Повороты в сторону, с добавлением приседания.
«Хоровод в лесу»	2	Развивать воображение и фантазию. Упражнять в различных видах ходьбы.	Хороводный шаг по кругу, на всей ступне. Ходы по кругу: «Лиса замечает следы», «Серый волчок», «Зайчишка», «Медвежонок».
«Веселые тройки»	2	Учить перестраиваться в 3 колонны.	Ходьба по кругу друг за другом. Перестроение в 3 колонны по одному. Ритмические упражнения головой, плечами, стопами.
«Аэробика для зверят»	2	Формировать художественно – образное восприятие и мышление. Обогащать двигательный опыт танцевальными видами движений, имитирующих поведение животных и птиц.	Упражнение на координацию: стойка «Цапля». Прыжки «Лягушата» (на двух ногах вперед – назад; вправо – влево; на месте; с поворотом на четверть круга). Ход по кругу: «Лиса крадется», «Лиса путает следы», «Лиса притаилась». Прыжки с продвижением вперед «Зайчики». Передвижение «Черепашка» - в положении стоя на руках и ногах, повернувшись спиной к полу.
«Дождя не боимся»	2	Учить выполнять движения в ритме мелодии, танцуя с предметами (используя маленькие зонтики).	Шаг с высоким подниманием коленей. Легкие подскоки. Боковой приставной шаг с подниманием и опусканием зонтика. Поворот вокруг своей оси. «Крутить» зонтик, «Выглядывать» из-за зонтика, «Прятаться» под зонтик.
«Осенние листья»	2	Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку. Учить координировать движения рук и ног.	Тряска раскрытых ладоней «Листики шуршат». Demi plie по 6 поз. ног, с плавными движениями рук над головой. Легкий бег «Змейкой».
«Радуга»	2	Учить танцевать с предметами (используя маленькие мячики). Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку.	Виды простых шагов вперед, назад, с полуприседаниями и поворотами. Невысокие прыжки, руки над головой. Выпады вправо, влево.
«Калейдоскоп движений»	2	Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы. Учить выполнять движения в ритме мелодии	Упражнения головой «Часики»: повороты вправо – влево, наклоны вперед – назад. «Незнайка» - поднимать, опускать плечи. «Каблучки» - поочередное выставление ног вперед и в сторону, на пятку.

			«Топотушки» - притопывания поочередно правой, левой ногой (с ускорением и продвижением вперед). Прыжки вперед – назад, вправо – влево.
«Вальс цветов»	2	Учить начинать и заканчивать движения вместе с музыкой, танцуя в паре.	Легкий бег по кругу, в паре. Перестроение в 3 колонны. Покачивание вправо-влево, поворот вокруг своей оси. Девочка оббегает мальчика, затем наоборот. Кружение в паре «Лодочка».
«Круг и кружочки»	2	Учить ориентироваться в пространстве; строить круг, сужать и расширять его, соблюдать расстояние м/у друг другом, строить несколько отдельных кругов.	Построение в круг. Держась за руки, сужать и расширять круг. «Улитка» - закручивание по спирали, из общего круга в центр круга; и раскручивание обратно. Перестроение в 2 круга Поочередное приседание каждого круга. Ход по кругу, по линии танца и против линии танца.
«К нам приходит Новый год»	2	Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения в элементах танца и игры.	«Растирание» своих ладоней и спинки соседа. Хлопки в паре, повернувшись лицом друг к другу. Построение в круг, 2 круга. Легкий бег, в 2-х кругах в одну сторону. Игра «Кидание снежков».
«Новый год у ворот»	2	Учить ориентироваться в пространстве, танцевать в паре.	Построение в 2 линии. Поочередные приседания линий. Смена места в линии. Движения в паре: «Паровозик», «Дружба». Этюд на расслабление мышц «Сосулька».
«Кружится снежинок хоровод»	2	Вырабатывать умения внимательно слушать музыку во время движения. Развивать способность фантазии и импровизации.	Девочки «снежинки», мальчики «метель». Под медленную музыку танцуют девочки, под быструю – мальчики.
«Кукла Барби и Кевин»	2	Формировать правильную осанку и координацию движений. Учить танцевать в паре. Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку.	Поклон для девочки и для мальчика. Покачивание в стороны: девочка становится впереди мальчика, держатся за вытянутые в сторону руки. «Твист» - одной ногой, на двух ногах.
«Раз ладошка, два ладошка»	2	Развивать музыкальность, чувство ритма.	Хлопки в различных ритмических рисунках.

			Хлопки в паре.
«Буратино»	2	Учить координировать движения рук и ног. Развивать способность фантазии.	«Буратино» - движение рук, ног и корпуса. Упр. на координацию: «Цветочек», «Веер», «Фонарик».
«Волшебный цветок»	2	Учить ориентироваться в пространстве. Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку.	Построение в круг, 2 круга. Поочередные приседания в кругу. Движение рук «Цветочки – лепесточки».
«Солнечный зайчик»	2	Развивать координацию движений. Учить согласовывать движения рук и ног.	Упражнения на координацию: «Веер», «Фонарик». Приставной боковой шаг вправо – влево. Прыжки с 6 позиции ног во 2 позицию ног. Приседание «Пружинка» с разворотом корпуса. Невысокие прыжки на месте, с хлопками над головой.
«Веселые ножки»	2	Учить правильно выполнять движения ног, прыжки.	«Каблучки» - поочередное выставление ног на пятку, во всех направлениях. Прыжки на месте и с продвижением вперед. Подскоки.
«Мелодии степей»	2	Знакомить детей с простейшими элементами казахского танца. Развивать умения выразительно двигаться под казахскую народную музыку. Воспитывать интерес и любовь к танцу.	Изучение поклона «Сәлем». Основные позиции рук в казахском танце (1, 2, 3). «Яблочки» - вращательные движения кистями рук. «Сәукеле» - правая рука в 3 позиции, левая рука в 1 позиции, ладони повернуты «от себя». «Секіру» - прыжки на одной ноге, на двух ногах.
«Мотивы казахского орнамента»	2	Развивать пластичность и гибкость рук, танцевальными движениями казахского танца.	Движения рук: «Яблочки»; «Тұмарша» - руки раскрыты в стороны на уровне плеч, ладони обращены вниз, руки поднимаются над головой и соединяются тыльной стороной ладоней. «Шаңырақ» - руки раскрыты в стороны, ладони обращены вверх, подняв руки вверх, ладони развернуть вверх.
Вместе весело шагать»	2	Развивать внимание, чувство ритма. Учить строиться и перестраиваться в колонки по одному и парами.	Шаг по кругу: с носка, на полупальцах, на пяточках, с чередованием «полупальцы – пяточки». Шаг с высоким подниманием колена «Кошка». Легкий бег с заворачиванием стоп вовнутрь «Лиса».

			Построение в 1 колонку парами. Перестроение в 2 колонки по одному и парами.
«Веселые пары»	2	Учить танцевать в паре. Развивать чувство ритма.	Ритмические хлопки в паре, развернувшись, лицом друг к другу: одной рукой, двумя руками, чередуя хлопки. Повороты в паре «Лодочка», «Свечка». Приседания в паре, с выставлением ноги на пятку. Подскоки в паре, по кругу.
«Я на солнышке лежу»	2	Развивать умение управлять своим телом. Развивать гибкость, пластику движений.	В положении сидя: упр., для ног «Клювик – утюжок»; В положении лежа на животе: «Загораем»; В положении лежа на спине: «Стрелка», «Складочка», «Солнышко», «Ножницы», «Звезда», «Жук упал», «Бабочка»; В положении стоя на коленях: «Собачка».
«Русские узоры»	2	Знакомить детей с простейшими элементами русского танца. Учить детей правильному положению рук в русской пляске. Воспитывать интерес к русскому народному танцу.	Хороводный шаг на всей ступне и на полупальцах. «Полуприсядка». Положения рук: 4-я позиция – «подбоченившись»; 3-я позиция – руки вверх. Выставление ноги в сторону на пятку, через высокое поднимание колена. Полуприседания с разворотом корпуса вправо – влево. Бег с «захлестом» ног назад, руки сложены перед грудью.
«Зверобика»	2	Формировать художественно – образное восприятие и мышление, имитируя движения животных, птиц.	Ход по кругу, друг за другом, имитируя движения: лисы, кошечки, лошадки, пингвина, мартышки, гуся, черепахи. Упражнения на координацию: стойка «Цапля»; разновидность прыжков «Лягушата». Подскоки «Мартышки» - на месте и с продвижением по кругу.
«Смени пару»	2	Учить ориентироваться в пространстве, работать в паре.	Построение в круг, парами. Хлопки в ладоши, «Лодочка» в паре. Смена пары: мальчики меняются местами (боковым галопом, двигаясь по линии танца).
«Чунга – Чанга»	2	Учить координировать движения рук и ног.	Хлопки в различных ритмических рисунках. Движение «Чунга – Чанга»: переменный шаг на месте, с

			высоким подниманием колен и движениями рук, согнутых в локтях – вверх, вниз. Движение рук «Ушки»: попеременное поднимание – опускание рук, согнутых в локтях. Покачивание вправо – влево. Боковой галоп вправо – влево, с движениями рук «Ушки».
«Танцевальная мозаика»	2	Развивать музыкальную и двигательную память.	Построение в 3 колонны. Полуприседания. Переминание с ноги на ногу. Движения рук: «Моторчик», хлопки в ладоши, хлопки по плечам.
«Большой хоровод»	2	Формировать художественно – образное восприятие и мышление. Прививать любовь к русским народным танцам.	Построение в круг. Хороводный шаг по кругу, держась за руки (на всей ступне, на полупальцах). Подскоки по кругу. Ход «с носка» по кругу, с открыванием и закрыванием рук в позицию.
«Игропластика»	2	Развивать мышечную силу и гибкость.	Упражнения для ног: «Клювик», «Утюжок», «Складочка». Лежа на животе: «Качели», «Рыбка».
«Шалунишки»	2	Развивать прыгучесть, вестибулярный аппарат, ритмичность движений.	Движение рук и ног, с поворотом – «Рычажок». Прыжки с 6 позиции ног во 2 позицию ног, с хлопками над головой. Пружинка «Виляй хвостиком».
«Заводные игрушки»	2	Продолжать координировать движения рук и ног под музыку.	Резкие махи рук, согнутых в локтях. Наклоны вперед, к выставленной на пятку, ноге. Движение рук «Часики».
«Ленточка, танцуй!»	2	Учить танцевать с предметами (с ленточками), ориентируясь в пространстве.	Плавные движения рук «сверху – вниз». Волнообразные движения рук «сверху – вниз». Круговые движения рук. Построение в круг: сначала девочки, затем мальчики.
Всего 72 часа			

Четвертый год обучения

Цель: Развитие творческих способностей детей, стремление к самовыражению и духовно – нравственному обогащению, вводя более сложные элементы народно – сценического танца (русского, казахского, восточного, индийского, испанского).

Задачи:

- Учить правильной постановке ног, корпуса, рук, головы в процессе усвоения основных движений тренажа на середине зала;
- развивать элементарные навыки координации движения;
- учить передавать характер музыкального произведения в движении.

Ожидаемые результаты:

Дети будут владеть навыками по различным видам передвижений по залу и приобретут определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Смогут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Будут знать основные танцевальные позиции ног (1, 2, 3), рук (1, 2, 3, «подготовительная»). Овладеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Будут уметь исполнять ритмические комплексы упражнений под музыку.

Тема	Часы	Программное содержание	Использованные упражнения, движения
«Тропинка в мир танца»	2	Учить позиции рук и ног в системе классического танца. Развивать мускулатуру всего тела. Формировать правильную осанку и координацию движений.	Позиции рук: 1, 2, 3. Позиции ног: 1, 2, 3. Упр. для рук «Замок», «Кувшинчик», «Волна». Хлопки в различных ритмических рисунках. Упр. на координацию «Наши ручки» (с движениями ног). Упр. для рук «Чашка, домик, пластилин». Выпады вправо – влево, вперед с чередованием ног.
«Танцевально – ритмическая дорожка»	2	Учить выполнять движения в ритме мелодии: виды шагов в сочетании с движениями рук.	Высокий шаг «Цапля». Мягкий пружинящий шаг «Лиса крадется». Легкий бег «Лиса путает следы». Подскоки с ноги на ногу. Приставной боковой шаг. Выпады вправо – влево с движениями рук. Выставление ноги на пятку через высокое поднятие колена. Движение ног «Елочка».
«Статуя»	2	Учить устойчивости, развивать вестибулярный аппарат.	Ходьба по кругу на носочках «Великаны», на пяточках «Пингвины» (с чередованием); «Лиса крадется», «Лиса путает следы», «Лиса спряталась». Стойка на одной ноге: «Цапля», «Ласточка». Проработав упражнение несколько раз, добавляются небольшие плавные махи руками «Ласточка порхает».
«Осенняя пора»	2	Развивать пластику движений, их ритмичность, выразительность в тесной	«Крылья птицы» - выпад вправо – взмах правой рукой вправо, встать прямо (ноги вместе) – взмах двумя

		взаимосвязи с музыкой.	руками вверх, выпад влево – взмах левой рукой влево. Поворот вокруг себя вправо, руки подняты вверх и соединены тыльной стороной ладоней. Стойка на одном колене – «спрятаться под крылья», «раскрыть крылья». Легкий бег по кругу.
«Игропластика»	2	Продолжать развивать мышечную силу и гибкость.	Лежа на животе – «Морская звезда», «Дельфин». Сидя на пятках – «Морской конек». Передвижение – «Краб». Выпады в сторону, сидя на пятках – «Стрела». Подъем на ноги из позы «сидя по-турецки» - «Ловкий чертенок» (без помощи рук).
«Веселые ритмы»	2	Развивать прыгучесть, вестибулярный аппарат, ритмичность движений.	Упражнение рук «Регулировщик». Попеременное выставление ноги на носок, через невысокий прыжок. Прыжки из «б» позиции ног во «2» с добавлением хлопков. Прыжки на двух ногах в разных направлениях. «Расческа» - находясь в 2-х колонках, продвижение подскоками на встречу друг другу, проходя через промежутки м/у друг другом.
«Регулировщик»	2	Формировать художественно – образное восприятие и мышление. Учить координировать движения рук.	Движения рук «Регулировщик» - сначала руки двигаются симметрично друг другу, затем одна рука отстает в движении на одно движение. «Свет светофора»: «Красный» - стойка на двух ногах, руки перед собой (кисти рук согнуты в запястьи); «Желтый» - руки разведены в стороны; «Зеленый» - бег на месте.
«Пластик - шоу»	2	Развивать гибкость, пластику движений, выразительность в тесной взаимосвязи с музыкой. Развивать творческое воображение и фантазию.	Образные движения, сидя «по – турецки»: «Смотреть в бинокль», «Играть на дудочке», «Бить в барабаны». Сидя в положении «Бабочка»: имитация «Порхания бабочки», складывание в «Бутончик»; упр. «Шарик катится». Лежа на спине: «Велосипед»; «Ножницы»; «Березка»; «Плуг».
«Танцевальный диалог»	2	Учить танцевать в паре. Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.	Шаг на полупальцах с «закручиванием» стоп вправо – влево. Прыжок на месте, с поворотом на

			<p>«4» точки. В паре: «Встреча», «Раскрытие», «Грибочек», «Свечка». Поочередные повороты в разные стороны – девочки вправо, мальчики влево, и обратно.</p>
«Прыг – скок – хлопок»	2	Развивать прыгучесть, вестибулярный аппарат, ритмичность движений.	<p>Покачивания с ноги на ногу и выпады, с переменной позиции рук. Вращения вправо – влево с переменной позиции рук. Прыжки из 3-й во 2-ю позицию ног, с добавлением хлопков. Прыжок на месте с поворотом на «4 точки» (вправо, влево). Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком (вправо, влево)</p>
«Повернись и покружись»	2	Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений в паре. Развивать вестибулярный аппарат, ритмичность движений.	<p>Повороты в паре: «Грибочек», «Штопор». «Циркуль» - шаг с поворотом на каждый счет. Боковой галоп с поворотом на счет «5, 6, 7, 8». Низкие повороты в полуприседании.</p>
«Танцевальный шаг»	2	Обогащать двигательный опыт разнообразными видами танцевальных шагов. Развивать творческое воображение.	<p>Ход вперед, со скрещиванием ног: шаг вправо с левой ноги (с полуприседанием), поставив ее впереди правой, затем правую ногу выставить вправо на носок. Продолжить шаг правой ногой влево. Боковой ход со скрещиванием ног (ход начинать с той ноги, в которую будем двигаться). Поворот вправо, влево с хлопком сбоку «от себя».</p>
«Трансформер»	2	Учить перестраиваться в разные танцевальные рисунки и фигуры.	<p>Ходьба вдоль стен, с четкими поворотами в углах зала. Ходьба по диагональной линии из угла в угол. Построение в колонну по два; Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Построение в 3 маленьких круга. Построения выполняются с добавлением танцевальных движений и фигур «Звездочка», «Карусель», «Воротца».</p>
«На зимней полянке»	2	Продолжать формировать художественно – образное восприятие и мышление. Развивать навыки свободного ориентирования в пространстве.	<p>Прыжки «Зайчата» вправо – влево, с продвижением вперед. Легкий бег с высоким подниманием колен «Лошадка». Движения рук «Кидание снежков», «Лепим снеговика», «Ловим</p>

			снежинки», «Греемся у костра». Построение в 4 колонки; смена мест в колонке, путем передвижения «цепочкой».
«Па польки»	2	Учить выполнять боковой галоп, подскоки легко, ритмично. Развивать умение работать в парах. Воспитывать уважение к партнеру.	Боковой галоп. Боковой галоп в паре. Подскоки: на месте; в повороте; в паре по кругу. Ритмические хлопки в парах. Кружение в «лодочке» парами.
«Танцевальная импровизация»	2	Воспитывать интерес к импровизации танцевальных движений.	Танцевальная импровизация под заданную музыку, сначала дети танцуют отдельно: девочки, мальчики, затем дети образуют пары и исполняют «танец» вместе. «Танцевальная импровизация» на тему: «Игрушки», «Зима».
«Русские узоры»	2	Продолжать разучивание основных элементов русского танца. Развивать умение правильно располагать руки в русской пляске.	Поклон в русском танце. Движения ног: «Гармошка», «Елочка», «Ковырялочка», «Моталочка». Переменный шаг на полупальцах с захлестом ноги назад (на счет «4»). «Присядка». Шаг с высоким подниманием коленей, бег с захлестом ног назад. Хороводный шаг (на полупальцах). В паре: «Д за до»; кружение под рукой. «Топотушки».
«Непоседы»	2	Развивать творческий потенциал детей и самовыражение через танец. Учить самостоятельно начинать и заканчивать движения в соответствии с музыкой. Развивать умение выразительно передавать танцевально – игровые движения.	Имитация движений стирки: «Стирка», «Полоскание», «Выжимание», «Встряхивание». Движения руками: «Замочек» - двойные удары руками по плечам и бедрам. Прыжки вокруг своей оси, по часовой стрелке. Поочередное приседание по колонкам. Кружение в паре. Прыжки вперед – назад. Прыжки на месте: на счет «4» - хлопок над головой, на счет»8» - хлопок по бедрам.
«Осьминожки»	2	Формировать художественно – образное восприятие и мышление. Воспитывать дружеские взаимоотношения в элементах танца. Развивать навыки свободной ориентировки в пространстве.	Виды перестроений: 4 шеренги, 1 круг, 2 круга. Переменный шаг (с продвижением вперед), с добавлением скрещивания ног и выставлением ноги в сторону на носок. Движения рук, в перчатках «Осьминожки»: «Осьминожки танцуют», «Осьминожки здороваются, дружат», «Осьминожки

			<p>плывут в круг; 2 круга; в «Круг в кругу».</p> <p>«Осьминожки импровизируют».</p>
«Кошкина связка»	2	<p>Развивать прыгучесть, гибкость, вестибулярный аппарат, пластику движений, их ритмичность и выразительность в тесной взаимосвязи с музыкой.</p>	<p>Подскоки по кругу с имитацией «кошачьих лапок».</p> <p>Выпады вправо – влево с подниманием и опусканием «кошачьих лапок».</p> <p>Приседания «Кошка на охоте».</p> <p>Покачивания вправо – влево с движениями рук.</p> <p>Перекидной батман в положении сидя.</p> <p>«Кошка выгибает спинку».</p> <p>«Кошка лезет под забор».</p>
«Разноцветная радуга»	2	<p>Учить танцевать с предметами (используя ленточки). Развивать умение ритмично выполнять движения под музыку.</p>	<p>Танцевальные упражнения с ленточками: легкие махи руками вправо – влево; волнообразные движения руками сверху вниз, по кругу.</p> <p>Стойка на 1-й ноге «Ласточка», с махами рук.</p> <p>Выпады, с движениями рук.</p> <p>Боковой ход вправо, влево, с выставлением ноги на носок.</p> <p>Ход друг за другом «с носка».</p> <p>По диагональной линии: прыжки «через лужицы».</p>
«Мотивы казахских степей»	2	<p>Продолжать разучивание основных элементов казахского танца. Развивать плавность, гибкость мышц плеча и предплечья. Воспитывать интерес и любовь к казахским народным танцам.</p>	<p>Поклон «Сәлем».</p> <p>Движение плечами «Тряска» с наклонами вперед – назад (руки вытянуты вперед).</p> <p>Наклоны в стороны, с полуприседаниями «Чаша».</p> <p>Сидя на 1-м колене: вращательные движения рук – «Түйіршік» («шарик»);</p> <p>Движения рук справа налево и обратно «Төрт нүкте» - («четыре точки»).</p> <p>Казахская игра «Орамал».</p>
«Ритмическая мозаика»	2	<p>Продолжать развивать музыкальную и двигательную память. Учить выполнять танцевальные движения в ритме мелодии. Воспитывать умение действовать в коллективе.</p>	<p>Построение в 4 колонки по одному.</p> <p>Выпады в разные стороны, «через одного», с махами рукой.</p> <p>Смена мест, проходя на встречу друг другу «расческой».</p> <p>Прыжки на месте, с хлопками над головой.</p> <p>Перестроение в 2 круга, затем в 2 линии.</p> <p>Покачивание вправо – влево (1 линия начинает движение вправо, 2 линия - влево).</p>
«Мордашки»	2	<p>Учить передавать</p>	<p>«Тряпичная кукла», «Петрушка»,</p>

		эмоциональные образы, в танцевальных движениях.	«робот». «Добрая кошечка», «Злая кошечка», «Хитрая лиса». «Поднятие штанги», «Звонок».
«Восток – дело тонкое»	2	Разучивать основные элементы восточного танца. Развивать координацию и согласование движений различных частей тела.	Вращательные движения головой, плечами. Плавные движения рук. Движения грудной клеткой «вперед, назад, вправо, влево». Прогибы в спине с плавными движениями рук «Фонтанчик». Вращательные движения бедрами: «Вперед – назад», «Круг»; с полуприседаниями и переходами в сторону, вперед – назад. Вращения вокруг своей оси. Плавные выпады с движениями рук «Волна». Перекаты в положении сидя на пятках.
«В магазине зеркал»	2	Развивать и тренировать психические процессы (эмоциональной сферы), выражая свои эмоции в мимике и пантомиме. Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.	Передвижение рук «По зеркалу». Небольшие выпады вправо – влево «Выглядывание». «Перешагивание» с высоким подъемом колена. Поворот вокруг своей оси на «4 точки». Построение в 3 круга. Мимика и пантомима: «Удивление», «Радость», «Огорчение». Танцевальная образная игра «Зеркало».
«Цветочки – лепесточки»	2	Развивать и тренировать психические процессы (эмоциональной сферы), выражая свои эмоции в мимике и пантомиме. Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.	Движения рук «Цветочки – лепесточки», с полуприседаниями. Наклоны вперед, с круговыми движениями рук «3 точки». «Перешагивание» с высоким подниманием коленей. Поворот вокруг своей оси на «4 точки» (прыжком). Построение в 1 круг «Пчелки». Легкий бег по кругу. Перестроение в рисунок «Улитка». Мимика и пантомима: «Радость», «Цветок вкусно пахнет».
«Веселая капелюшка и звонкий ручеек»	2	Учить исполнять танцевальные движения с предметами. Строиться и перестраиваться в 2 колонки, 4 колонки, «Ручеек».	«Дождик» - импровизация дождика, применяя колокольчики. Плавные махи руками над головой и вперед-назад с полуприседаниями. Движение рук «Звонок». Движения в паре: повороты «Книжка», «Свечка», с применением колокольчика. Построение в 2 колонки, 4 колонки.

			Перестроение в «Ручеек».
«Клуб веселых человечков»	2	Учить выполнять различные виды прыжков легко, непринужденно. Развивать чувство ритма, гармонии.	Прыжки: на двух ногах и со сменой ног; с продвижением вперед, назад; в повороте. Подъем на полупальцы и опускание на мягкие колени. Шаг польки. Казахское движение «Ат шабыс» (Скачки).
«Полет в космос»	2	Развивать гибкость тела, пластику движений. Учить координировать движения в соответствии с характером музыки.	«Космонавты разминаются»: танцевальные движения головой, плечами, верхней частью туловища, бедрами, стопами. Двойные наклоны в сторону, с наклоном к стопам. Шаг с высоким подниманием колен «Перешагивание». Упражнения в положении лежа: «Ракета», «Спутник», «Звезда», «Комета». Релаксация «Звездное небо».
«Ленточка, танцуй!»	2	Продолжать учить танцевать с предметами, ориентируясь в пространстве.	Легкий бег по кругу. Плавные движения рук сверху – вниз. Волнообразные движения рук сверху – вниз. Круговые движения рук. Построение в круг. Поочередное продвижение в центр круга: сначала девочки, затем мальчики (с подниманием – опусканием рук). Легкий бег «Зигзагом».
«Индийский нрав»	2	Разучивать основные элементы индийского танца. Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.	Волнообразные движения ладоней; щелчки пальцами рук. Поворот в сторону с подъемом колена вверх (удержать положение). Выставление ноги назад за ногу, через боковой шаг с полуприседанием, с движениями рук. Поворот вокруг своей оси с выставлением в сторону бедра и ноги на носок (на «4 точки») Невысокие прыжки вправо – влево с движениями рук. Легкий бег с поворотом на счет «7 – 8». Боковой шаг в сторону с полуприседанием и вращательными движениями кистей рук.

«В мире фантастики»	2	Учить согласовывать движения рук и ног. Повышать интерес к занятиям и развивать желание добиваться хороших результатов, проявляя упорство и настойчивость.	Движение рук «Шагаем по стеночке». Комбинация ног и рук «Где ручки?» (с продвижением в сторону, движением ног «Гармошка»). «Циркуль» - шаг с поворотом на каждый 2-й счет. Низкие повороты в полуприседании.
«Испанский характер»	2	Разучивать основные элементы испанского танца. Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.	Стремительный шаг с носка, с движениями плеч. Притопы с выставлением ноги вперед на каблук. Повороты в паре, держась правыми руками за талию. В паре: на счет «1» - мальчик садится на колено, девочка оттягиваясь в сторону, вытягивает руку в сторону; на «2» - девочка кладет ладони на плечо мальчику; на «3» - девочка поднимает ногу назад; на «4» - мальчик и девочка встают рядом и поднимают руки. Перестроение из колонны парами (невысокими подскоками).
«Звонкие колокольчики»	2	Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений. Продолжать учить танцевать с предметом (колокольчик).	В паре: «Магнитики», «Кружение» (держа в правой руке колокольчик). Поочередный звон в колокольчик: сначала девочки, затем мальчики. Легкий бег по кругу, в паре. Покачивание вправо – влево, с добавлением поворотов в стороны: друг от друга, затем друг к другу.
«Минута славы»	2	Повышать интерес к занятиям и развивать желание добиваться хороших результатов, проявляя упорство и настойчивость.	«Танец пяти движений»: 1. «Течение воды»; 2. «Переход через чашу»; 3. «Сломанная кукла»; 4. «Полет бабочек»; 5. «Покой».
Всего 72 часа			

Пятый год обучения

Цель: Совершенствование творческих способностей детей, на основе культуры разных народов, укрепляя их здоровье занятиями хореографией.

Задачи:

- повторить и закрепить азбуку танца;
 - продолжать развивать выразительность движений и поз;
 - продолжать учить свободно ориентироваться в пространстве;
- Совершенствовать правильность исполнения танцевальных движений.

Ожидаемые результаты:

Дети смогут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Будут уметь выполнять упражнения, согласовывая танцевальные движения с музыкой. Уметь исполнять ритмические, народные, современные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Тема	Часы	Программное содержание	Использованные упражнения, движения
«Танцевальная палитра»	2	Продолжать учить танцевальные движения, соблюдая правильность положения рук и ног классического танца; выполнять движения в ритме мелодии.	Вращательные движения головой, плечами, кистями рук, корпусом, бедрами. Упр. рук на координацию «Регулировщик». Переменный шаг на месте и с продвижением в сторону (бокком). Волнообразные движения корпусом в стороны, вперед – назад. Прыжки на месте и с продвижением вперед. Построение в диагональную линию (подскоками).
«Веселые ритмы»	2	Развивать прыгучесть, гибкость, вестибулярный аппарат, пластику движений.	Танцевальные движения: головой, плечами, в сочетании с полуприседаниями. Перекаты с ноги на ногу, в положении сидя. Невысокие и высокие прыжки на месте и с продвижением. Повороты вокруг себя из положения сидя «Воронка».
«Телесный тренинг»	2	Учить танцевать в паре, развивать и тренировать психические процессы (эмоциональной сферы), выражая свои эмоции в мимике и пантомиме.	В паре: «Свечка» (платочек в «свободной» руке); Полуприседания с наклоном друг к другу; Выпады вправо – влево, в разные стороны друг от друга; Поворот друг от друга, затем друг к другу.
«Осенняя пора»	2	Развивать творческий потенциал ребенка и самовыражение через танец.	«Звуки дождя» - хлопки в разном темпе. «Капельки» - поочередное приседание по линиям. «Листики шуршат» - тряска кистями рук.
«Трансформер»	2	Продолжать учить	Построение круга из шеренги и из

		перестраиваться в разные танцевальные рисунки и фигуры.	движения в «рассыпную». Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение в три колонны. Перестроение в три маленьких круга. «Карусель», «Цепочка».
«Танцевальный диалог»	2	Продолжать учить танцевать в паре. Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.	«Встреча», девочка и мальчик стоят рядом «плечо к плечу». «Раскрытие». «Штопор», девочка и мальчик стоят, повернувшись «лицом» друг к другу.
«Гибкость»	2	Продолжать развивать гибкость тела, пластику движений.	Комплекс упражнений для стоп. Упражнения в положении сидя: «Растяжка», «Складочка», «Бабочка», «Бутончик». Упражнения в положении лежа на животе: «Рыбка», «Скорпион», «Коробочка». Упражнения в положении лежа на спине: «Березка», «Плуг».
«Пластик – шоу»	2	Продолжать развивать опорно – двигательный аппарат, гибкость спины, эластичность мышц ног, выворотность стопы и тазобедренного сустава. Развивать творческое воображение и фантазию.	В позе по – турецки: «Смотреть в бинокль», «Играть на дудочке», «Бить в барабаны». В позе «Бабочки», перекаты «Шарик катится». В положении лежа на спине: «Велосипед», «Ножницы», «Березка», «Плуг».
«Прыг – скок – перескок»	2	Продолжать развивать прыгучесть, вестибулярный аппарат, ритмичность движений.	Один прыжок на каждый счет; Один прыжок на каждые 2 счета. Прыжок «вокруг себя» с поворотом на «4 точки». Построение в 4 колонки. «Расческа» боковым галопом. Боковой приставной шаг в сторону, с низким приседанием и с добавлением невысоких прыжков.
«Танцевальная импровизация»	2	Продолжать развивать у детей воображение, фантазию, самостоятельность.	Импровизация на заданную тему: «Танец у костра», «Полет в космос», «Народы мира».
«В мире фантастики»	2	Повышать интерес к занятиям и развивать желание добиваться хороших результатов, проявляя упорство и настойчивость.	Движения рук: «Шагаем по стеночке». Повороты в паре: «Грибочек», «Штопор». «Циркуль» - шаг с поворотом на каждые 2 счета (с паузой). Комбинация рук и ног «Где ручки?» (с движением ног «Гармошка»).

<p>«Мотивы казахских степей»</p>	<p>2</p>	<p>Продолжать разучивание основных элементов казахских танцев, повторить элементы, изученные ранее. Развивать координацию и согласование движений различных частей тела.</p>	<p>Движения рук: «Айна», «Алма», «Тумарша», «Шаңырақ», «Құрай – гүл». «Үш нүкте» («три точки») – выставление ноги на пятку, через прерывистые движения со стороны в сторону (на каждой точке). Выставление ноги вперед – на пятку, назад на носок, в комбинации с движениями рук. Боковой ход с одной ноги (другая нога подставляется сзади). Подскоки с определенными положениями рук. Повороты: «Бараньи рога», «Оленьи рога». Казахская игра «Построй юрту».</p>
<p>«Здравствуй, зимушка – зима!»</p>	<p>2</p>	<p>Формировать художественно – образное восприятие и мышление.</p>	<p>Покачивание вправо – влево, с плавными движениями рук. «Ком, комочек» - из положения сидя, перекаты на спине. Упражнение лежа на спине «Снежинка».</p>
<p>«Непоседы»</p>	<p>2</p>	<p>Продолжать развивать творческий потенциал детей и самовыражение через танец. Учить самостоятельно начинать и заканчивать движения в соответствии с музыкой. Совершенствовать умение выразительно передавать танцевально – игровые движения.</p>	<p>Имитация движений стирки: «Стирка», «Полоскание», «Выжимание», «Встряхивание», «Прищепочки», «Вытирание пота со лба». Движения руками: «Замочек» - одинарные удары руками по плечам и бедрам. Прыжки вокруг своей оси, по часовой стрелке и против. Поочередное приседание по колонкам. Кружение в паре, со сменой рук. Прыжки вперед – назад, вправо – влево, с движениями рук. Прыжки на месте: на счет «4» - хлопок над головой, на счет «8» - хлопок по бедрам.</p>
<p>«Танцевально – ритмическая дорожка»</p>	<p>2</p>	<p>Продолжать учить координировать движения в соответствии с характером музыки.</p>	<p>Боковой приставной ход в сторону, с движениями рук «от себя», «к себе». Ход с продвижением вперед, через скрещивание ног и выставлением ноги в сторону на носок. Боковой галоп вправо – влево. Повороты вправо – влево с хлопком.</p>
<p>«Новый год у ворот»</p>	<p>2</p>	<p>Продолжать формировать художественно – образное восприятие и</p>	<p>«Растирание» своих ладоней и спинки соседа. Движения рук «Подкидывание снежинки», «Кидание снежков».</p>

		мышление.	Построение в круг, 2 круга. Легкий бег, в 2-х кругах в разные стороны.
«Карнавал»	2	Совершенствовать движения в паре. Развивать способность фантазии и импровизации. Воспитывать дружеские взаимоотношения в элементах танца.	Хороводный шаг (в ускоренном темпе, на полупальцах) по кругу и «змейкой» (держась за руки). Движения в паре: «Магнитики», «Грибочек», «Смена мест», «Штопор». Танцевальная импровизация «Карнавал» (с применением карнавальных масок).
«В магазине зеркал»	2	Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений. Развивать и тренировать психические процессы (эмоциональной сферы), выражая свои эмоции в мимике и пантомиме.	Передвижение рук «По зеркалу». Небольшие выпады в сторону «Выглядывание». «Перешагивание» с высоким подъемом колена. Мимика и пантомима: «Удивление», «Радость», «Огорчение». Танцевально – образная игра «Зеркало».
«Тусовка»	2	Развивать творческий потенциал и самовыражение через танец.	Шаг с высоким подниманием колен, на месте и с поворотом на «4 точки». Боковое продвижение вправо – влево, через полуприседание. Боковой ход вправо, влево со «скрещиванием ног» (на счет «1, 2, 3»), а затем выставлением ноги в сторону (на счет «4») Перестроение в рисунок «Круг в кругу» (у мальчиков и девочек отдельный круг). Легкими подскоками, мальчики меняются местами с девочками. Те, кто оказываются внутри большого круга – «здороваются»: мальчики хлопают ладонью правой руки об ладонь соседа, девочки делают полуприседание, держась за «юбочку». Повороты в паре, держась правыми руками. Смена партнера (передвигаясь боковым галопом).
«Игрогимнастика»	2	Продолжать учить выполнять движения с предметами (используя гимнастические палки). Совершенствовать умение выразительно передавать танцевально–игровые движения.	Низкие наклоны вперед, вниз (ноги по «2» позиции и по «6») Выпады вправо – влево, с перекладыванием палки из левой - в правую руку. Шаг на полупальцах с поворотами стоп влево - вправо, обходя вокруг палки (палку держат вертикально).

			<p>Выпады вправо – влево, с вытягиванием рук в противоположную сторону.</p> <p>Поза сидя «по-турецки».</p> <p>Образные движения: «Смотреть в бинокль», «Играть на дудочке», «Бить в барабаны».</p> <p>В положении лежа на спине: «Велосипед», «Ножницы».</p>
«Игропластика»	2	<p>Развивать гибкость тела, пластику движений.</p> <p>Учить координировать движения в соответствии с характером музыки.</p>	<p>Подъем на полупальцы, на пятки.</p> <p>Полуприседания на полупальцах.</p> <p>Переминание с ноги на ногу.</p> <p>Повороты туловища в стороны, без отрыва стоп от пола.</p> <p>Перенос тяжести тела с правой ноги на левую.</p> <p>Прогибы в спине «Фонтанчик».</p> <p>Упражнения, в положении сидя: «Растяжка», «Складочка», «Бабочка», «Бутончик», «Шарик».</p> <p>Упражнения, в положении лежа на животе: «Рыбка», «Скорпион», «Коробочка».</p> <p>Упражнения, в положении лежа на спине: «Березка», «Плуг».</p>
«Клуб веселых человечков»	2	<p>Совершенствовать различные виды прыжков. Развивать чувство ритма, гармонии.</p> <p>Воспитывать ответственность, коллективизм, желание танцевать.</p>	<p>Прыжки: на двух ногах и со сменой ног; с продвижением вперед, назад; в повороте.</p> <p>Подъем на полупальцы и опускание на мягкие колени.</p> <p>Шаг польки. Казахское движение «Ат шабыс» («Скачки»).</p> <p>Построение в колонну парами.</p> <p>Перестроение в 2 круга, 4 круга.</p>
«Русские узоры»	2	<p>Продолжать разучивание основных элементов русских танцев, повторить элементы, изученные ранее.</p> <p>Развивать музыкально – ритмический кругозор.</p>	<p>Перемена мест в паре «До за до», с открыванием рук во «2-ю» позицию и закрыванием рук на пояс.</p> <p>Движения ног:</p> <p>«Ковырялочка» с переступанием;</p> <p>«Моталочка» с высоким подниманием ноги в сторону;</p> <p>«Елочка», «Гармошка» с открыванием и закрыванием рук в позиции;</p> <p>Вынос ноги в сторону на пятку, через высокое поднимание колена.</p> <p>Комбинация ног и рук «Где наши ручки?» (с движением ног «Гармошка»).</p> <p>Присядки.</p> <p>Притопы, переступания.</p>
«Чок да чок, каблучок»	2	<p>Продолжать знакомить с танцевальными</p>	<p>Открывание и закрывание рук в позиции (1, 2, 3, 4) и ног (1, 2,3) в</p>

		<p>движениями русского танца. Закреплять изученные ранее танцевальные движения русского танца.</p>	<p>русском танце. «Присядка». «Моталочка». «Ковырялочка» с переступанием. «Молоточки». «Топотушки».</p>
«Звонкие колокольчики»	2	<p>Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений. Совершенствовать танцевальные движения с применением предмета (колокольчик).</p>	<p>В паре: «Кружение» (держа в правой руке колокольчик). Мальчик садится на 1 колено, девочка оббегает вокруг мальчика, звеня в колокольчик. Поочередный звон в колокольчик: сначала девочки, затем мальчики. Легкий бег по кругу, в паре. Покачивание вправо – влево, с добавлением поворотов в стороны: друг от друга, затем друг к другу.</p>
«Шалунишки»	2	<p>Учить двигаться в соответствии с развитием музыкальной фразы. Развивать координацию, умение свободно ориентироваться в пространстве.</p>	<p>Переменным шагом двигаться «цепочкой» вперед – назад, держась за талию впереди стоящего. Боковой переменный шаг вправо – влево, со скрещиванием ног и вытягиванием обеих рук вверх. Подскоки в паре. Прыжки с хлопками над головой. Повороты вправо – влево с хлопками «сбоку от себя».</p>
«Гипнотизер»	2	<p>Развивать навыки выразительного движения. Учить устойчивости, развивать вестибулярный аппарат.</p>	<p>Ходьба: «Великаны», «Пингвины», «Циркуль». Построение в 3 линии. Позы «Анфас», «Профиль». Стойка на 1-й ноге: «Цапля», «Ласточка». Полуприседания на 1 ноге с поджиманием ноги «под себя» и отведением ноги в сторону (в положении стоя). Повороты вправо – влево с подъемом колена вверх, удерживая положение. Поочередные приседания по линиям.</p>
«Веселая карусель»	2	<p>Продолжать развивать прыгучесть, вестибулярный аппарат, пластику движений; их ритмичность и выразительность, в тесной взаимосвязи с музыкой. Развивать умение «работать в коллективе».</p>	<p>Построение в 4 маленьких круга (спиной в круг). Продвижение боком по линии круга, с подниманием и опусканием рук. Перестроение в рисунок: «Круг в кругу». Боковой галоп по кругу: «внутренний круг» - по линии танца, «внешний круг» - против линии танца. Поочередные приседания –</p>

			<p>«внешний круг» встает, «внутренний круг» садится, и наоборот.</p> <p>«Расческа» - прохождение на встречу друг другу, в шахматном порядке (рисунок «круг в кругу»). Перестроение в 2 полукруга. Покачивание вправо – влево, взявшись за руки.</p>
«Восток – дело тонкое»	2	<p>Закрепить и повторить основные элементы восточных танцев.</p> <p>Развивать координацию и согласование движений различных частей тела.</p>	<p>Волнообразные движения руками с небольшими наклонами вперед и прогибами в спине назад.</p> <p>Движения бедрами: «Восьмерка», «Вперед – назад»; «Тряска».</p> <p>Продвижение в сторону боком, с движениями бедер.</p> <p>Комбинация рук, сидя по-турецки: «Восток».</p> <p>Проходка «Расческа», с подниманием и опусканием рук.</p> <p>Повороты в паре «Книжка».</p>
«Полет в космос»	2	<p>Продолжать развивать гибкость тела, пластику движений.</p> <p>Учить координировать движения в соответствии с характером музыки.</p>	<p>«Космонавты разминаются»: танцевальные упражнения головой, плечами, верхней частью туловища, бедрами.</p> <p>Наклоны вправо – влево.</p> <p>Наклоны вниз, к стопам.</p> <p>Упражнения в положении лежа: «Ракета», «Спутник», «Звезда», «Комета».</p> <p>Релаксация «Звездное небо».</p>
«В ритме польки»	2	<p>Учить выполнять основные танцевальные движения польки.</p> <p>Развивать умение работать в паре.</p>	<p>Подскоки друг за другом, подскоки в паре.</p> <p>Боковой галоп в сочетании с подскоками на месте.</p> <p>Боковой галоп в паре.</p> <p>Кружение в паре (подскоками), держась правыми ладонями и в положении «Лодочка».</p> <p>Повороты в паре (стоя «плечо к плечу») – «Грибочек».</p> <p>Построение «Ворот».</p> <p>Прохождение парами через «Воротца», подскоками.</p> <p>Построение «Круга в кругу».</p> <p>«Внутренний круг» двигается боковым галопом по линии танца, «внешний круг» против линии танца.</p>
«Разноцветная радуга»	2	<p>Продолжать учить танцевальные движения, соблюдая правильность положения рук и ног</p>	<p>Танцевальные упражнения с ленточками: легкие махи руками вправо – влево; волнообразные движения руками сверху вниз, по</p>

		<p>классического танца. Продолжать формировать правильную осанку и координацию движений.</p>	<p>кругу. Стойка на 1-й ноге «Ласточка», с махами рук. Выпады, с движениями рук. Боковой ход вправо, влево, с выставлением ноги на носок. Ход друг за другом «с носка». По диагональной линии: прыжки «через лужицы».</p>
«Заводная лезгинка»	2	<p>Учить выполнять основные танцевальные движения народов Кавказа.</p>	<p>Частые мелкие шаги на полупальцах («Основной ход»), выставляя руки вправо – влево, с построением и перестроением в разные ритмические рисунки. Поочередное выставление ноги на пятку, через невысокий прыжок (у мальчиков руки на уровне груди, локти отведены в стороны; у девочек руки за «юбочку») В паре: девочка, прикрыв лицо тыльной стороной ладони, оббегает мальчика. «Основной ход» в паре (мальчик правой рукой поддерживает девочку за спинку, на левой ладони мальчика – правая ладонь девочки). Повороты вправо – влево, с выставлением ноги в сторону на носок и подниманием руки, противоположной выставленной ноги.</p>
«Цветочки – лепесточки»	2	<p>Продолжать развивать и тренировать психические процессы (эмоциональной сферы), выражая свои эмоции в мимике и пантомиме. Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.</p>	<p>Движения рук «Цветочки – лепесточки», с полуприседаниями. Наклоны вперед, с круговыми движениями рук «3 точки». Небольшие выпады вправо – влево «Выглядывание». «Перешагивание» с высоким подъемом колена. Поворот вокруг своей оси на «4 точки» (прыжком). Построение в 1 круг. Мимика и пантомима: «Удивление», «Радость», «Огорчение».</p>
«Вальсовая дорожка»	2	<p>Совершенствовать умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки. Учить выполнять основные «вальсовые шаги» и движения в</p>	<p>Основной «вальсовый шаг» вперед – назад и с поворотом на «4 точки». «Балансе» - покачивание вправо – влево, с подставлением ног в 3 позицию. «Вальсовый шаг» в паре. Легкий бег по кругу, в паре.</p>

		паре.	«Магнитики» в паре, держась правыми руками, с добавлением движения девочкой «Грибочек».
«Ритмическая мозаика»	2	Развивать четкость и ритмичность во время исполнения танцевальных движений. Воспитывать внимательность.	Построение в 4 колонки по одному. Выпады в разные стороны, «через одного», с махами рукой. Смена мест, проходя на встречу друг другу «расческой». Прыжки на месте, с хлопками над головой. Перестроение в 2 круга, затем в 2 линии. Покачивание вправо-влево (1 линия начинает движение вправо, 2 линия – влево).
Всего 72 часа			

2.5. Методические приемы, осуществляемые при реализации программы:

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животными и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где хореограф, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Основные направления и содержание деятельности:

Ритмика – сильная и слабая доли, размер музыкальный – 2/4, 3/4, 4/4, синкопированный счет, двойные удары, умение чувствовать темп музыки.

Партерная гимнастика – растягивание мышц, исправление физических недостатков (сутулость, косолапость), начальное изучение элементов классического танца, упражнения на развитие силы, упражнения для развития гибкости, развитие внимательности и собранности.

Классический танец – основные позиции рук, ног, выработка осанки, изучение классических прыжков, изучение вращения, упражнения на развитие устойчивости, грамотное исполнение движений в танце.

Народно – сценический танец – разнообразие стилей и манер исполнений танцев различных народов, с учетом возрастных особенностей детей.

Детский современный танец – ритмические движения, движения на развитие координации, прыжковые комбинации, танец в паре, исполнение элементарных движений, различные виды прыжков и бега, изучение рисунка танца.

Актерское мастерство – упражнения на развитие мимики лица, упражнения – этюды на жесты, походку, бег, позы, действия с несуществующими предметами, упражнения на развитие хореографического мышления.

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Режим дня, расписание проведения занятий.

Группа «Непоседы» (ранний возраст 2-3 года) 1 год обучения.

Понедельник, пятница 17.00 – 17.10 время занятия 10 минут.

Группа «Буковки» (3-4 года)

Среда, пятница 17.20 – 17.35, время занятия 15 минут.

Группа «Звездочки» (5-6 лет).

Среда, пятница 17.40 – 18.00 время занятия 20 минут.

3.2. Материально – техническое обеспечение:

Музыкальный зал.

Аудиокассеты, CD – диски, флешки, видеодиски.

Аппаратура для озвучивания занятий: портативная колонка, музыкальный центр.

Оборудование для работы с аудио-, видеоматериалами;

Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов, презентации «Классический танец», «Народный танец», интерактивный балет «Щелкунчик», Альбом «Истории маленькой танцовщицы».

Сценические костюмы, атрибуты для танцев.

- информационное обеспечение

- Сайт детского сада;
- Социальные сети, чат с участием родителей;
- Интернет – ресурсы:

Методика логоритмики и танцевальные этюды для детей 3-6 лет. Лариса Богомазова, Омск <https://yandex.ru/video/previewbalancer>

Подготовка к классическому танцу для малышей <https://youtu.be/doyRZHODays>

Коммуникативные танцы игры для дошкольников <https://ok.ru/video/5569971551?fromTime=6>

- кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, хореограф, лауреат и победитель Международных и региональных конкурсов Орлова Юлия Андреевна

- Методические материалы

- Диагностические карты развития чувства ритма ребенка, музыкально – двигательного развития ребенка, эмоциональной отзывчивости;
- Картотека танцевально – ритмических игр;
- Схематические рисунки танцев;
- Методическое пособие: устройство сцены;
- Альбом «Истории маленькой танцовщицы»;
- Видеотека танцевальных номеров: П.И.Чайковский

) Марш

2) Танец Феи Драже

3) Трепак

- 4) Арабский танец (кофе)
- 5) Китайский танец (чай)
- 6) Танец пастушков
- 7) Вальс цветов;

- Фонотека танцевальных номеров: «Большая стирка», «Обезьянки», «Русские узоры», «Мотивы степей», «Маски», «Сладости-радости», «Матрешки», «Алма» (казацкий танец), «Испанский танец», «Яблочки»

3.3. Условия реализации программы. Организация предметно-пространственной развивающей среды.

К организации предметно-пространственной среды относятся условия, обеспечивающие качество уровня развития у дошкольников танцевально-творческих навыков:

- музыкальный зал, специально оборудованный танцевальный зал с зеркалами;
- наличие музыкальной аппаратуры, музыкальный центр, компьютер, мультимедиаплеер;
- наличие музыкально-танцевальных игр, пособий и атрибутов к танцам;
- костюмерная с достаточным количеством костюмов для танцевального творчества дошкольников, выступлений;

Список литературы:

1. Авдеев А. Происхождение театра. М., 1959
2. Алексеева Л.М. Комплексы детской общеразвивающей гимнастики. – Ростов-на-Дону, 2005
3. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковкина Е.Н. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 5 – 6 лет) – М.: Просвещение, 1984
4. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковкина Е.Н. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6 -7 лет) – М.: Просвещение, 1984
5. Всеволодская – Глушкевич О. Пять казахских танцев. – Алма-ата, 1988
6. Гренлюнд Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Санкт-Петербург, 2005
7. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Феникс, 2003
8. Константинова А.И. Игровой стрейтчинг: Методика работы с детьми дошкольного возраста, 1993
9. Чупаха И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно – воспитательном процессе. – М.: Ставрополь, 2001
10. Фирилева Ж.Н. Сайкина Е.Г.. Лечебно – профилактический танец «Фитнес-Данс», танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб.: «Детство-Пресс», 2007 г.
11. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе», танцевально-игровая гимнастика для детей, «Детство-Пресс», 2010 г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 661131406992472463403399306529426389103633061503

Владелец БЕЛКИНА ВАЛЕНТИНА ВИТАЛЬЕВНА

Действителен с 12.02.2025 по 12.02.2026