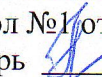


УПРАВЛЕНИЕ КУЛЬТУРЫ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение культуры «Гимназия «Арт-Этюд»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом Гимназии
Протокол №1 от 26.08.2020
Секретарь  Насиров М.Р.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МАОУК «Гимназия «Арт-Этюд»
Приказ № 45-уч/1 от 26.08.2020

Семанова А.А.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО РИТМИКЕ
(хореографии)
(базовый уровень)**

Составители:
Савинцева С.Ф.,
преподаватель высшей
квалификационной категории

Содержание программы

- I ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
- II МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
- III УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
- IV СОДЕРЖАНИЕ КУРСА
- V ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ
- VI ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ
- VII СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

I Пояснительная записка

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность ребёнка.

В период от четырёх до семи лет ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

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

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

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта.

Используемые в хореографии и ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Программа помогает им влиться в огромный мир музыки – от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под

понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Основными целями программы являются:

- Приобщение детей к музыкальной и танцевальной культуре через музыкальное движение и танец;
- Удовлетворение потребности детей в эмоциональном и двигательном самовыражении;
- Формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Для достижения поставленных целей поставлены следующие задачи:

- Воспитательная. Развитие активной, социально-успешной, нравственно-ориентированной личности. Привитие эстетического вкуса и чувства прекрасного. Раскрытие в процессе занятий индивидуальных качеств и особенностей ребёнка. Формирование навыка работы в группе (коммуникабельность, гибкость, доброжелательность, эмоциональная отзывчивость и комфортность).

- Развивающая. Формирование двигательных умений и навыков, развитие координации, ориентации в пространстве, внимания, быстроты реакции, двигательной памяти, образного мышления, выразительности. Знакомство с понятиями музыкальной грамоты (ритм, музыкальный размер, темп, динамика, вступление и т. д.), совершенствование музыкального восприятия, развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков. Раскрытие творческих способностей ребёнка, воображения и фантазии, потребности самовыражения в движении под музыку. Привитие умения мыслить самостоятельно, импровизировать, находить необычные решения для поставленных педагогом задач.

- Оздоровительная. Приобщение к здоровому образу жизни, получению удовольствия от двигательной активности, познанию

возможностей своего тела. Формирование правильной осанки, укрепление костно-мышечного аппарата. Овладение культурой движений.

Основные принципы работы:

- Создание благоприятной, доброжелательной атмосферы является необходимым условием успешных занятий. Только когда ребенок чувствует себя комфортно, он может полностью раскрыться, выразить себя в движении, что идет на пользу эмоциональному развитию.
- Применение комплексного и игрового подхода. При проведении занятий большое внимание уделяется эмоциональной составляющей (занимательность, образность, наглядность). Смена деятельности от двигательной активности к упражнениям на внимание, слух или координацию способствует заинтересованности детей, меньшей их утомляемости. Использование игровых приемов является главным путем успешного обучения в дошкольном возрасте. Ребенок живет в игре, все действия и события он воспринимает серьезно и эмоционально, через игру он познает окружающий мир, социальные роли.
- Принцип последовательности и систематичности в постановке учебных задач предполагает последовательное изучение и повторение материала, постепенное усложнение поставленных задач по всем разделам. Преподаватель должен четко представлять возможности детей в освоении предложенного материала.
- Положительная оценка деятельности детей способствует более высокой активности, формированию положительных эмоций, хорошему настроению и желанию учиться дальше.

Организация образовательного процесса:

Программа по ритмике рассчитана на три года обучения детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет (102 часа):

- 1 год обучения (4-5 лет) – 34 часа (по 20 мин.),
- 2 год обучения (5-6 лет) – 34 часа (по 25 мин.),
- 3 год обучения (6-7 лет) – 34 часа (по 30 мин.).

Программа является комплексной, вариативной, при необходимости допускается корректировка содержания, структуры занятия и времени прохождения материала. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Формы контроля:

- открытые уроки;
- исполнение небольших танцевальных этюдов на праздничных мероприятиях.

II Методические рекомендации

Занятия по ритмике и танцу желательно проводить в просторном, светлом, хорошо проветриваемом помещении. Зал должен быть оборудован фортепиано, музыкальной аппаратурой, зеркалами, гимнастическими ковриками.

Форма одежды должна быть удобной. Для девочек: белый купальник, белые короткие лосины, балетки белого или бежевого цвета, носки. Волосы должны быть собраны в пучок. Для мальчиков: футболка белого цвета, черные шорты, балетки белого или черного цвета.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка. Мир игры близок ребенку, в нем он чувствует себя свободным и всесильным. В игровых упражнениях ребенок сам настраивается на нужную волну, осмыслив правила, и задача педагога – увлечь его и дать импульс для дальнейшей самостоятельной работы.

Программный материал в течение года изучается последовательно, от простого к сложному, занятия строятся комплексно. Большое значение имеет выбор музыкального материала. Произведения должны быть разнообразны,

доступны для детей по содержанию, форме, легки для восприятия и удобны для выполнения движений.

Игровой и танцевальный материал должен подбираться и варьироваться с учетом возможностей и интересов группы, тематикой праздничных мероприятий (праздник осени, Новый год, весенний праздник и т.д.). Все игры и танцы указаны в программе в качестве примеров и могут видоизменяться или быть заменены другими, соответствующими программному содержанию.

Структура построения занятия

1. Вход в класс. Построение. Поклон.
2. Разминка.
3. Упражнения на развитие ориентировки в пространстве, координацию, равновесие.
4. Музыкально-ритмические упражнения.
5. Изучение и повторение танцевальных элементов, этюдов, композиций.
6. Музыкально-ритмические игры, задания на импровизацию, свободное игровое творчество.
7. Партерная гимнастика.
8. Поклон. Выход из класса.

ШУчебно-тематический план
1 год обучения (4-5 лет)

Таблица 1

№ п/п	Тема	Количество часов
Раздел 1. Музыкально-ритмические упражнения		
1	Активный словарь: очень тихо, очень громко, громче, тише, не очень тихо, не очень громко, не спеша, сдержанно, неторопливо, певуче; замедляя, ускоряя.	0,5
2	Активный словарь: живо, задорно, скоро, оживленно, подвижно, игриво.	0,5
3	Активный словарь: торжественно, энергично, мягко.	0,5
4	Активный словарь: длинные, короткие звуки.	0,5
5	Активный словарь: части музыкального произведения.	1
Всего:		3
Раздел 2. Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения		
6	Построение в линии по музыкальному сигналу.	1
7	Построение в одну-две линии, одну-две колонны.	1
8	Понятие вправо – влево, вперед-назад.	0,5
9	Построение в круг.	1
10	Сужение и расширение круга (в круг – из круга, к центру – из центра).	0,5
11	Движение по линии танца, против линии танца. Ровные интервалы. Движение произвольно по залу, не задевая друг друга.	1
Всего:		5
Раздел 3. Основные танцевальные элементы и движения		
12	Постановка корпуса. Положение рук на поясе, впереди,	0,5

	вверху, в стороне, внизу, за спиной.	
13	Полуприседания по VI позиции. Простой танцевальный шаг.	1
14	Шаг с высоким подниманием. Шаг «цапля» (с выносом ноги через согнутое колено высоко вперед).	0,5
15	Шаги на полупальцах, на пятках. Приставные шаги с полуприседанием.	1
16	Легкий бег. Танцевальный бег с откидыванием ноги от колена назад.	0,5
17	Прыжки по VI позиции вверх. Перескоки с ноги на ногу.	0,5
18	Притопы равномерные. Хлопки перед собой, вверху, внизу, сбоку, сзади. Простые ритмические рисунки на хлопках.	0,5
19	Наклоны и повороты головы. Поднимание рук плавно и резко, вместе и поочередно.	0,5
Всего:		5
Раздел 4. Упражнения с предметами и музыкальными инструментами		
20	Ложки (исполнение ритмических рисунков)	0,5
21	Колокольчики	0,5
22	Мяч	0,5
23	Маракасы	0,5
Всего:		2
Раздел 5. Танцевальные этюды и композиции		
24	Образные этюды с элементами импровизации.	2
25	Этюды со сменой танцевального рисунка по выбору преподавателя.	2
26	Сюжетные и образные этюды на основе проученных	2

	элементов и движений по выбору преподавателя.	
Всего:		6
Раздел 6. Музыкальные игры, задания на танцевальное и игровое творчество		
27	Внимание, память, ловкость.	2
28	Изменение характера музыки.	2
29	Смена темпа.	2
30	Коммуникативные игры.	2
31	Импровизация с предметами и музыкальными инструментами под разнохарактерную музыку.	1
Всего:		9
Раздел 7. Партерная гимнастика		
32	Постановка корпуса сидя и лежа.	0,5
33	Вытягивание и сокращение стоп.	0,5
34	Упражнения для развития тазобедренного и коленного сустава.	0,5
35	Упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса.	1
36	Упражнения для гибкости позвоночника.	1
37	Упражнения для укрепления мышц спины.	0,5
Всего:		4
Итого:		34

2 год обучения (5-6 лет)

Таблица 2

№ п/п	Тема	Количество часов
------------------	-------------	-----------------------------

Раздел 1. Музыкально-ритмические упражнения		
1	Активный словарь: очень тихо, очень громко, громче, тише, не очень тихо, не очень громко, умеренно, не спеша, сдержанно, неторопливо, певуче.	0,5
2	Активный словарь: живо, задорно, скоро, оживленно, подвижно, игриво, торжественно, энергично, грациозно, мягко.	0,5
3	Активный словарь: двухдольный и трехдольный музыкальный размер, сильная доля.	0,5
4	Активный словарь: долгие, короткие звуки.	0,5
5	Активный словарь: музыкальная фраза.	1
Всего:		3
Раздел 2. Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения		
6	Из двух, трех линий в круг.	1
7	Из одного круга в два-четыре малых.	0,5
8	Из круга переход на линии.	0,5
9	Диагональ, змейка.	0,5
10	Шахматный порядок.	0,5
11	Исполнение простых движений на месте по линиям, колонкам.	1
Всего:		4
Раздел 3. Основные танцевальные элементы и движения		
12	Постановка корпуса. Полуприседания по VI, I свободной, II свободной позиции, «пружинка».Подъем на полупальцы по VI позиции.	0,5
13	Выпады вправо, влево. Наклоны корпуса вправо, влево, вперед, тройные наклоны.	0,5

14	«Цапля» - высокое положение бедра согнутой в колене ноги. «Цапля» с полуприседанием.	0,5
15	Различные виды шагов со сменой темпа, направления движения. Приставные шаги с ударом в пол, полуприседанием во всех направлениях, различными движениями рук. Повороты вокруг себя топающими шагами и на полу пальцах.	1
16	Танцевальный бег с откидыванием ноги от колена назад, выбрасывая прямые ноги вперед. Перескоки с ноги на ногу с высоким подниманием колена вперед.	0,5
17	Подскоки, двойные подскоки. Прямой и боковой галоп.	1
18	Хлопки в паре перед собой, накрест, одной и двумя руками. Хлопки по бедрам и коленям.	1
19	Прыжки по VI позиции вверх, на двух ногах, на одной ноге. Прыжки со сменой ног вперед-назад. Прыжки из VI во II позицию и обратно на двух ногах, возвращение на одну ногу с откидыванием другой ноги от колена назад «прыжки в классики».	1
Всего:		6
Раздел 4. Упражнения с предметами и музыкальными инструментами		
20	С ложками, с бубнами.	0,5
21	С любимой игрушкой.	0,5
22	С колокольчиками, с маракасами.	0,5
23	С султанчиками, с лентами.	0,5
Всего:		2
Раздел 5. Танцевальные этюды и композиции		
24	Этюды со сменой танцевального рисунка по выбору преподавателя.	2
25	Сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений по выбору преподавателя.	2

26	Танцевальные композиции с элементами импровизации.	2
Всего:		6
Раздел 6. Музыкальные игры, задания на танцевальное и игровое творчество		
27	Внимание, память, ловкость.	1
28	Смена движения в зависимости от характера музыки. Динамика и темп.	2
29	Строение музыкального произведения, музыкальные фразы.	2
30	Коммуникативные игры.	2
31	Танцевальные загадки в различных образах, с разным музыкальным сопровождением. Импровизация на заданную тему.	2
Всего:		9
Раздел 7. Партерная гимнастика		
32	Вытягивание и сокращение стоп.	0,5
33	Упражнения для развития тазобедренного и коленного сустава.	0,5
34	Упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса.	1
35	Упражнения для укрепления мышц спины.	1
36	Упражнения для гибкости позвоночника.	0,5
37	Упражнения на растяжку.	0,5
Всего:		4
Итого:		34

3 год обучения (возраст 6-7 лет)

Таблица 3

№ п/п	Тема	Количество часов
Раздел 1. Музыкально-ритмические упражнения		
1	Активный словарь: очень тихо, очень громко, громче, тише, не очень тихо, не очень громко, умеренно, не спеша, сдержанно, неторопливо, певуче.	1
2	Активный словарь: живо, задорно, скоро, оживленно, подвижно, игриво; замедляя, ускоряя.	1
3	Активный словарь: длительности: четверти, восьмые, половинные, сильные и слабые доли.	1
4	Активный словарь: музыкальная фраза.	1
Всего:		4
Раздел 2. Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения		
5	Из линии в шахматный порядок.	0,5
6	Движения «каноном».	0,5
7	Из нескольких линий в круг, из круга в колонны, линию.	0,5
8	«Воротца», «улитка», «звездочка».	0,5
Всего:		2
Раздел 3. Основные танцевальные элементы и движения		
9	Повороты вокруг себя на марше с высоким подниманием бедра. Повороты в паре танцевальными шагами.	1
10	«Цапля» - высокое положение бедра согнутой в колене ноги. «Цапля» с полуприседанием.	1
11	«Гармошка» - принцип «лесенки»; различные виды шагов со сменой темпа, направления движения, тройной переменный шаг.	0,5

12	Выпады вправо, влево, вперед. Наклоны и развороты корпуса.	1
13	Танцевальный бег с откидыванием ноги от колена назад, выбрасывая прямые ноги вперед «ножницы».	1
14	Подскоки, прямой и боковой галоп.	1
15	Хлопки в паре и индивидуально в различных направлениях, сочетаниях и ритмических рисунках.	1
16	Прыжки по VI позиции вверх, вправо, влево, на двух ногах, на одной ноге. Прыжки из VI во II позицию и обратно на двух ногах, возвращение на одну ногу с откидыванием другой ноги от колена назад «прыжки в классики».	1
17	Движения руками в зависимости от характера музыки как одновременно, так и поочередно.	0,5
Всего:		8
Раздел 4. Упражнения с предметами и музыкальными инструментами		
18	С ложками, с бубнами.	0,5
19	С колокольчиками, с маракасами.	0,5
20	С султанчиками	0,5
21	С разноцветными шарфами.	0,5
Всего:		2
Раздел 5. Танцевальные этюды и композиции		
22	Этюды со сменой танцевального рисунка по выбору преподавателя.	2
23	Сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений по выбору преподавателя.	2
24	Танцевальные композиции с элементами импровизации.	2
Всего:		6

Раздел 6. Музыкальные игры, задания на танцевальное и игровое творчество		
25	Внимание, память, ловкость.	1
26	Смена движения в зависимости от характера музыки. Динамика и темп.	1
27	Музыкальный размер.	1
28	Строение музыкального произведения, музыкальные фразы.	1
29	Коммуникативные игры.	2
30	Танцевальные загадки в различных образах, с разным музыкальным сопровождением.	1
31	Импровизация с предметами под разнохарактерную музыку. Импровизация на заданную тему.	1
Всего:		8
Раздел 7. Партерная гимнастика		
32	Упражнения для развития тазобедренного и коленного сустава.	0,5
33	Упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса.	1
34	Вытягивание и сокращение стоп.	0,5
35	Упражнения для укрепления мышц спины.	0,5
36	Упражнения для гибкости позвоночника.	1
37	Упражнения на растяжку.	0,5
Всего:		4
Итого:		34

IV Содержание курса

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

1 год обучения (возраст детей 4-5 лет)

В 4-5 лет дети очень активны, их представления об окружающем мире (в частности о музыке и движении) значительно расширяются. Процесс игры является основным методом обучения, так как дети будут делать с удовольствием только то, что эмоционально окрашено и интересно. Сам процесс занятия их интересует гораздо больше, чем его отдаленный результат. Объединяя богатый и разнообразный мир игры с обучением, мы получаем возможность сделать осмысленным и интересным выполнение любых бесполезных, с точки зрения ребенка, учебных заданий. Введение в процесс обучения игры позволяет вызывать у детей желание овладеть предлагаемым учебным содержанием, создавать мотивацию, осуществлять в игровой форме руководство их работой и ее оценку.

Каждый урок построен в форме игры, и здесь очень важна связь пластического, литературного и особенно музыкального материала. Народные и классические мелодии, современная детская музыка должны пробуждать у детей фантазию и воображение. Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса. В зависимости от музыки одни и те же движения в различных сочетаниях и образах приобретают разный характер.

Передача ритма в движении – неисчерпаемая тема для игры.

1. Музыкально-ритмические упражнения

Передача в движении простого ритма музыкального произведения, направления его мелодической линии, динамики.

Активный словарь:

- очень тихо, очень громко, громче, тише, не очень тихо, не очень громко;
- умеренно, не спеша, сдержанно, неторопливо, певуче;
- замедляя, ускоряя;

- живо, задорно, скоро, оживленно, подвижно, игриво;
- торжественно, энергично, мягко;
- длинные, короткие звуки;
- части музыкального произведения.

2. Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения:

- построение в линии по музыкальному сигналу;
- одна, две;
- колонки (одна, две);
- понятие вправо – влево;
- построение в круг;
- сужение и расширение круга (в круг – из круга; к центру – из центра);
- движение по линии танца, против линии танца;
- ровные интервалы;
- движение произвольно по залу, не задевая друг друга;

3. Основные танцевальные элементы и движения:

- постановка корпуса;
- положение рук на поясе, впереди, вверху, в стороне, внизу, за спиной;
- полуприседания по VI позиции;
- простой танцевальный шаг;
- шаг с высоким подниманием;
- шаг «цапля» (с выносом ноги через согнутое колено высоко вперед);
- шаги на полупальцах, на пятках;
- приставные шаги с полуприседанием;
- легкий бег;
- танцевальный бег с откидыванием ноги от колена назад;
- прыжки по VI позиции вверх;
- перескоки с ноги на ногу;
- притопы равномерные;
- хлопки перед собой, вверху, внизу, сбоку, сзади;
- простые ритмические рисунки на хлопках;
- наклоны и повороты головы;
- поднятие рук плавно и резко, вместе и поочередно.

4. Упражнения с предметами и музыкальными инструментами:

- ложки;
- мяч;
- бубен;
- маракасы;
- колокольчики.

5. Танцевальные этюды и композиции:

- этюды со сменой танцевального рисунка по выбору преподавателя «Плясовая», «Ладошки»;
- сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений по выбору преподавателя («Грибочки», «Цыплята», «Спортсмены» и т.д.);
- образные этюды с элементами импровизации («Осенние листочки», «Пирожки», «Бабочки» и т.д.

6. Музыкальные игры, задания на танцевальное и игровое творчество:

- на внимание, память, ловкость («Кошки-мышки», «Паутинка», «Козлята и пастух» и т.д.);
- на изменение характера музыки («Магазин игрушек», «В зоопарке», «На лесной опушке», «Музыкальные сказки» и т.д.);
- на смену темпа «Дорожное движение», «Гномы и великаны», «Карусели» и т.д.;
- на долгие и короткие звуки «Часики»;
- коммуникативные игры «Лошадки», «Санки», «Передай игрушку», «Круг дружбы» и т.д.);
- импровизация с предметами и музыкальными инструментами под разнохарактерную музыку.

7. Партерная гимнастика:

- постановка корпуса сидя и лежа («Детки и старички»);
- вытягивание и сокращение стоп («Клювики», «Топорики»);
- упражнения для развития тазобедренного и коленного сустава («Бабочка», «Лягушка», «Чемодан», «Ниточка – клубочек»);
- упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса («Велосипед», «Шлагбаум», «Раскладушка», «Ежик»);
- упражнения для укрепления мышц спины («Змея», «Лодочка», «Пловец», «Качели»);

– упражнения для гибкости позвоночника («Кошечка», «Ящерица», «Лягушка»).

Упражнения выполняются по принципу контраста: напряжение – расслабление.

2 год обучения (возраст 5-6 лет)

Данный возраст характеризуется тем, что дети не просто проявляют желание двигаться под музыку, но и достаточно серьезно относятся к результатам своей деятельности. Очень важно, чтобы эта деятельность была успешной. Дети показывают открытые уроки для родителей, выступают на праздничных мероприятиях. Это позволяет детям ощутить себя не только маленькими артистами, но и почувствовать радость от результатов своей работы.

Одна из основных задач педагога на данном этапе – перевод детей от подражания к творчеству. Творчество – самое ценное приобретение детей дошкольного возраста. Поэтому, необходимо на занятиях давать детям возможность импровизировать, фантазировать и экспериментировать под музыку. Это может быть и спонтанная пластическая импровизация, в которой ребенок выражает свое отношение к звучащей музыке. Это может быть импровизация на заданную тему, но также исходя из характера музыки и ее динамических оттенков.

1. Музыкально-ритмические упражнения

Передача в движении ритмического рисунка музыкального произведения, направления его мелодической линии, динамики, музыкальных фраз. Исполнение ритмических рисунков на шумовых музыкальных инструментах.

Активный словарь:

- очень тихо, очень громко, громче, тише, не очень тихо, не очень громко;
- умеренно, не спеша, сдержанно, неторопливо, певуче;
- замедляя, ускоряя;
- живо, задорно, скоро, оживленно, подвижно, игриво;
- торжественно, энергично, грациозно, мягко;
- сильная доля;
- двухдольный и трехдольный музыкальный размер;
- метр и ритм;
- длинные, короткие звуки;

- музыкальная фраза.

2. Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения:

- из двух, трех линий в круг;
- из одного круга в два-четыре малых;
- из круга переход на линии;
- диагональ;
- змейка;
- шахматный порядок;
- исполнение простых движений на месте по линиям, колонкам.

3. Основные танцевальные элементы и движения:

- постановка корпуса;
- полуприседания по VI, I свободной, II свободной позиции, «пружинка»;
 - «книжка» - развернуть носки стоп из VI в I свободную позицию и обратно;
 - «цапля» - высокое положение бедра согнутой в колене ноги;
 - «цапля» с полуприседанием;
 - покачивания с ноги на ногу по одному и в паре;
 - выпады вправо, влево;
 - наклоны корпуса вправо, влево, вперед, тройные наклоны;
 - подъем на полу пальцы по VI позиции;
 - повороты вокруг себя топающими шагами и на полу пальцах;
 - повороты в паре топающими шагами и на полупальцах;
 - различные виды шагов со сменой темпа, направления движения;
 - приставные шаги с ударом в пол, полуприседанием во всех направлениях, различными движениями рук;
 - танцевальный бег с откидыванием ноги от колена назад, выбрасывая прямые ноги вперед;
 - перескоки с ноги на ногу с высоким подниманием колена вперед;
 - подскоки;
 - прямой и боковой галоп;
 - хлопки в паре перед собой, накрест, одной и двумя руками;

- хлопки по бедрам и коленям;
- прыжки по VI позиции вверх, на двух ногах, на одной ноге;
- прыжки из VI во II позицию и обратно на двух ногах, возвращение на одну ногу с откидыванием другой ноги от колена назад «прыжки в классики»;

- прыжки со сменой ног вперед-назад.

4. Упражнения с предметами и музыкальными инструментами:

- с ложками;
- с бубнами;
- с колокольчиками;
- с маракасами;
- с султанчиками;
- с лентами.

5. Танцевальные этюды и композиции:

- этюды со сменой танцевального рисунка по выбору преподавателя («Часовой механизм», «Дружная полька», «Мозаика» и т.д.);

- сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений по выбору преподавателя («Путешествие по цирку», «Платочки», «Ложкари», «Весенняя капель», «Полька-согревалочка» и т.д.);

- танцевальные композиции с элементами импровизации («Игрушки на полке», «Гимнасты», «Дрессированные лошадки» и т.д.).

6. Музыкальные игры, задания на танцевальное и игровое творчество:

- игры на смену движения в зависимости от характера музыки («Гуси-Лебеди», «Музыкальные загадки» и т.д.);

- динамики («Штиль-Шторм», «Осень», «Светофор», «Сапожки» и т.д.);

- строения музыкального произведения, музыкальных фраз («Передай игрушку», «Мячики» и т.д.);

- коммуникативные игры («Змейка», «Зеркало», «Путаница», «Капитаны» и т.д.);

- танцевальные загадки в различных образах, с разным музыкальным сопровождением («Стоп кадр», «Зарядка в зоопарке»);

- импровизация на заданную тему.

7. Партерная гимнастика:

- Постановка корпуса сидя и лежа
- вытягивание и сокращение стоп («Клювики», «Топорики», «Русалка-дельфин», «Пингвин»);
- упражнения для развития тазобедренного и коленного сустава («Бабочка», «Лягушка», «Чемодан», «Ниточка – клубочек», «Часики»);
- упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса («Катамаран», «Ванька-встанька», «Уголок», «Ледяная горка», «Гигантские шаги», «Зонтик», «Мачты», «Березка»);
- упражнения для укрепления мышц спины («Лодочка», «Пловец», «Качели», подъем разноименных руки и ноги);
- упражнения для гибкости позвоночника («Ящерица», «Лягушка», «Корзинка»);
- Упражнения на растяжку.

3 год обучения (возраст 6-7 лет)

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети 6-7 лет способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

В этом возрасте очень важен постепенный переход от игры к обучению. Если в начале учебного года задания и упражнения носят преимущественно образный, игровой характер, то к концу – появляется больше учебных упражнений и заданий на хореографическую память.

Важно донести до детей, что хороший результат возможен лишь тогда, когда прикладываются усилия и старания.

1. Музыкально-ритмические упражнения

Передача в движении ритмического рисунка музыкального произведения, направления его мелодической линии, динамики, музыкальных фраз. Исполнение ритмических рисунков на шумовых музыкальных инструментах.

Активный словарь:

- очень тихо, очень громко, громче, тише, не очень тихо, не очень громко;
- умеренно, не спеша, сдержанно, неторопливо, певуче;
- замедляя, ускоряя;
- живо, задорно, скоро, оживленно, подвижно, игриво;
- торжественно, энергично, грациозно, мягко;
- сильные и слабые доли;
- музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4;
- метр и ритм;
- длительности: четверти, восьмые, половинные;
- музыкальная фраза.

2. Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения:

- из линии в шахматный порядок;
- движения «каноном»;
- из нескольких линий в круг, из круга в колонны, линию;
- из круга в пары или несколько малых кругов;
- «звездочка»;
- «воротца»;
- «улитка»;

3. Основные танцевальные элементы и движения:

- постановка корпуса;
- *demiplié* по VI, I свободной, II свободной позиции;
- «гармошка» - принцип «лесенки»;
- «цапля» - высокое положение бедра согнутой в колене ноги;
- «цапля» с полуприседанием;
- выпады вправо, влево, вперед;
- наклоны и развороты корпуса;
- *relevé* по VI позиции;
- повороты вокруг себя на марше с высоким подниманием бедра;
- повороты в паре танцевальными шагами;

- различные виды шагов со сменой темпа, направления движения, тройной переменный шаг;
- перескоки с высоким подъемом коленей, «маятник» - ноги из стороны в сторону;
- танцевальный бег с откидыванием ноги от колена назад, выбрасывая прямые ноги вперед «ножницы»;
- подскоки;
- прямой и боковой галоп;
- хлопки в паре и индивидуально в различных направлениях, сочетаниях и ритмических рисунках;
- прыжки по VI позиции вверх, вправо, влево, на двух ногах, на одной ноге;
- прыжки из VI во II позицию и обратно на двух ногах, возвращение на одну ногу с откидыванием другой ноги от колена назад «прыжки в классики»;
- прыжки со сменой ног вперед-назад и координацией рук «гимнасты»;

4. Упражнения с предметами и музыкальными инструментами:

- с ложками;
- с бубнами;
- с колокольчиками;
- с маракасами;
- с разноцветными шарфами.

5. Танцевальные этюды и композиции:

- этюды со сменой танцевального рисунка по выбору преподавателя («Три прыжка- три хлопка», «Волшебные круги», «Маленький оркестр», «Спортсмены», «Моталочка» и т.д.);
- сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений по выбору преподавателя («Самовар», «Волшебные птицы», «Танец при свечах», «Праздничный вальс», «Бранль» и т.д.);
- танцевальные композиции с элементами импровизации («Осенний листопад», «Путешествие в Африку» и т.д.).

6. Музыкальные игры, задания на танцевальное и игровое творчество:

- игры на смену движения в зависимости от характера музыки («Следы на снегу», «Музыкальные загадки» и т.д.);

- динамики и темпа («Штиль-Шторм», «Сороконожки» и т.д.);
- музыкального размера («Дирижеры», «Эхо» и т.д.);
- строения музыкального произведения, музыкальных фраз («В музее», «Веселый бубен», «Топ-хлоп» и т.д.);
- коммуникативные игры («Матросы», «Клубочек», «Зеркало», «Пластинин» и т.д.);
- танцевальные загадки в различных образах, с разным музыкальным сопровождением («Угадай, кто?», «В гостях у сказки» и т.д.);
- импровизация с предметами под разнохарактерную музыку;
- импровизация на заданную тему.

7. Партерная гимнастика:

- Постановка корпуса сидя и лежа
- вытягивание и сокращение стоп («Клювики», «Топорики», «Русалка-дельфин», «Пингвин»);
- упражнения для развития тазобедренного и коленного сустава («Бабочка», «Лягушка», «Чемодан», «Ниточка – клубочек», «Часики»);
- упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса («Катамаран», «Ванька-встанька», «Уголок», «Ледяная горка», «Гигантские шаги», «Зонтик», «Мачты», «Березка»);
- упражнения для укрепления мышц спины («Лодочка», «Пловец», «Качели», подъем разноименных руки и ноги);
- упражнения для гибкости позвоночника («Ящерица», «Лягушка», «Корзинка»);
- Упражнения на растяжку.

V Требования к уровню подготовки выпускников дошкольного отделения

К концу обучения дети должны уметь:

- двигаться в соответствии с характером музыки, ее динамическими и метроритмическими особенностями;
- согласовывать движение с построением музыкального произведения, определять части, начало и конец музыкальной фразы;
- координировать движения, напрягать и расслаблять мышцы;

- ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки, держать интервал;
- повторять движения по показу и словесному описанию, самостоятельно показать движение другим;
- передавать в движении образы и характеры, исполнять движения выразительно;
- легко и свободно импровизировать на предложенную тему;
- танцевать с предметами;
- выбирать движения, соответствующие характеру музыки;
- иметь коммуникативные навыки: взаимодействовать в паре, в группе.

VI Перечень учебно-методического обеспечения

1. Хореографический класс с зеркальным оформлением.
2. Нотно-методическая литература.
3. Фортепиано.
4. Музыкальный центр, магнитофон.
5. Гимнастические коврики.
6. Музыкальные инструменты (деревянные ложки, бубны, колокольчики, маракасы)
7. Реквизит (султанчики, ленты, мяч, цветы, шарфики)

VII Список литературы

1. Азбука хореографии Татьяна Барышникова. М, 1999.
2. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение.- М.: «Просвещение», 1984.
3. Бекиев С., Ломова Т. Хоровод веселый наш.- М.: Музыка, 1980.
4. Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем.- М.: Советский композитор, 1984.
5. Бриске И.Э. Ритмика и танец.- Челябинский государственный институт искусств и культуры, 1993.
6. Буренина А.И. «Коммуникативные танцы-игры для детей». «Ритмическая пластика для дошкольников».
7. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000.

8. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка.- М.: Просвещение, 1984
9. Жак-Далькроз Э. Ритм.- М.: Классика-XXI, 2001.
10. Коренева Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста; Учеб. Метод. Пособие: В 2 ч.- М.: Гум. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002.
11. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски.- М.: Советский композитор, 1991.
12. Макшанцева Е., Детские забавы.- М: «Просвещение», 1991.
13. Метлов Н., Михайлова Л. Мы играем и поем: Музыкальные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста.- М.: Советский композитор, 1979.
14. Нечаева Т.Б., Матвеева С.В. Ритмика и танец. Учебная программа- Екатеринбург, 2007.
15. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей 3-7 лет. Учебно-методическое пособие.- М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2008.
16. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение.- М.: Просвещение, 1972.
17. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Музыкальное движение: Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.- СПб: Издат. Центр «Гуманитарная Академия», 2000.
18. Фирилёва Ж. Е., Сайкина Е. Г.«Са-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей. Учебно- методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; « Детство – Пресс», 2000.
19. Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе.- Москва: «ПРЕСС-СОЛО», 1997.
20. Франио Г.С. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей: Учебное пособие для детей дошкольного и младшего школьного возраста.- М.: Советский композитор, 1989.
21. Шершнев В.Г. От ритмики к танцу.- Москва, 2009.

**Календарно-тематический план на 2019-2020 гг. по предмету
«Ритмика и танец» 1-й год обучения (4-5 лет)**

Таблица 4

Дата	Тема	Количество часов
1 четверть		
07.09	Вводный инструктаж по технике безопасности. Постановка корпуса. Танцевальное приветствие. Положение рук на поясе. Понятие вправо – влево, вперед-назад.	1
14.09	Активный словарь: очень тихо, очень громко, громче, тише, сдержанно, неторопливо, певуче; замедляя, ускоряя. Упражнение с предметами (мяч).	1
21.09	Полуприседания по VI позиции. Простой танцевальный шаг.	1
28.09	Построение в круг. Сужение и расширение круга (в круг – из круга, к центру – из центра).	1
05.10	Упражнение с предметами (мяч). Постановка корпуса сидя и лежа.	1
12.10	Шаги на полупальцах, на пятках. Приставные шаги с полуприседанием.	1
19.10	Построение в линии по музыкальному сигналу.	1
26.10	Образные этюды с элементами импровизации «Осенние листочки», «Пирожки».	1
Всего:		8
Вторая четверть		
09.11	Активный словарь: живо, задорно, скоро, оживленно, подвижно, игриво. Шаг с высоким подниманием. Шаг «цапля».	1

16.11	Упражнения на внимание, память, ловкость «Кошки-мышки», «Паутинка». Вытягивание и сокращение стоп «Ёжики».	1
23.11	Упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса «Велосипед», «Стол», «Самолет».	1
30.11	Активный словарь: части музыкального произведения. Легкий бег. Танцевальный бег с откидыванием ноги от колена назад.	1
07.12	Движение по линии танца, против линии танца. Ровные интервалы. Движение произвольно по залу, не задевая друг друга.	1
14.12	Притопы равномерные. Хлопки перед собой, вверху, внизу, сбоку, сзади. Простые ритмические рисунки на хлопках.	1
21.12	Коммуникативные игры «Лошадки», «Санки».	1
28.12	Образные этюды с элементами импровизации «Муравейник», «Бабочки».	1
Всего:		8
Третья четверть		
18.01	Упражнения на внимание, память, ловкость «Козлята и пастух». Прыжки по VI позиции вверх. Перескоки с ноги на ногу.	1
25.01	Построение в одну-две линии, одну-две колонны.	1
01.02	Наклоны и повороты головы. Поднимание рук плавно и резко, вместе и поочередно. Коммуникативные игры «Передай игрушку», «Круг дружбы».	1
08.02	Изменение характера музыки «На лесной опушке»	1
15.02	Сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений «Грибочки», «Цыплята».	1

22.02	Активный словарь: долгие, короткие звуки. Упражнение с музыкальными предметами (маракасы).	1
29.02	Упражнения на смену темпа «Карусели».	1
07.03	Упражнение с музыкальными предметами (колокольчики). Упражнения для развития тазобедренного и коленного сустава «Бабочка», «Лягушка».	1
14.03	Упражнения на смену темпа «Дорожное движение»	1
21.03	Этюды со сменой танцевального рисунка по выбору преподавателя «Едет поезд», «Колокольчики».	1
Всего:		10
Четвёртая четверть		
04.04	Упражнения на внимание, память, ловкость «Веселый поход». Коммуникативные игры «Фигуры», «Зеркало».	1
11.04	Активный словарь: торжественно, энергично, мягко. Сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений «Спортсмены»	1
18.04	Упражнение на смену темпа «Гномы и великаны».	1
25.04	Изменение характера музыки «Магазин игрушек». Упражнения для укрепления мышц спины («Змея», «Корзиночка», «Лодочка».	1
02.05	Упражнения для гибкости позвоночника («Ящерица», «Лягушка», «Кошечка»)	1
16.05	Импровизация с предметами и музыкальными инструментами под разнохарактерную музыку	1
23.05	Изменение характера музыки «Музыкальные сказки». Ложки (исполнение ритмических рисунков)	1

30.05	Этюды со сменой танцевального рисунка «Плясовая», «Ладони».	1
Всего:		8
Итого:		34

**Календарно-тематический план на 2019-2020 гг. по предмету
«Ритмика и танец» 2-й год обучения (5-6 лет)**

Таблица 5

Дата	Тема	Количество часов
1 четверть		
07.09	Вводный инструктаж по технике безопасности. Танцевальное приветствие. Постановка корпуса. Полуприседания по VI, I свободной, II свободной позиции, «пружинка».Подъем на полупальцы по VI позиции.Вытягивание и сокращение стоп («Клювики», «Пингвин»).	1
14.09	Активный словарь: очень тихо, очень громко, громче, тише, не очень тихо, не очень громко, умеренно, не спеша, сдержанно, неторопливо, певуче.Упражнения для развития тазобедренного и коленного сустава («Бабочка», «Лягушка»).	1
21.09	Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения. Из двух, трех линий в круг.Из одного круга в два-четыре малых.	1
28.09	Упражнения с предметами и музыкальными инструментами (шарфики). Упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса («Велосипед», «Шлагбаум» «Раскладушка», «Уголок», «Ледяная горка»).	1
05.10	Танцевальные загадки в различных образах, с разным музыкальным сопровождением.Импровизация на заданную тему.	1
12.10	Динамика и темп «Осень», «Сапожки».	1
19.10	Активный словарь: живо, задорно, скоро, оживленно, подвижно, игриво, торжественно, энергично, грациозно, мягко.Выпады вправо, влево. Наклоны корпуса вправо, влево, вперед.	1

26.10	Этюды со сменой танцевального рисунка по выбору преподавателя («Часовой механизм», «Дружная полька»).	1
Всего:		8
Вторая четверть		
09.11	Различные виды шагов со сменой темпа, направления движения. Приставные шаги с ударом в пол, полуприседанием во всех направлениях, различными движениями рук. Повороты вокруг себя топающими шагами и на полупальцах.	1
16.11	Активный словарь: двухдольный и трехдольный музыкальный размер, сильная доля.	1
23.11	Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения. Из круга переход на линии.	1
30.11	Упражнения с предметами и музыкальными инструментами (колокольчики, клавесы). Упражнения на растяжку.	1
07.12	Танцевальные композиции с элементами импровизации «Игрушки на полке». (Куклы. Лошадки. Солдатики).	1
14.12	Подскоки. Прямой и боковой галоп.	1
21.12	Коммуникативные игры «Пластилин», «Зеркало».	1
28.12	Этюд со сменой танцевального рисунка по выбору преподавателя «Полька-согревалочка».	1
Всего:		8
Третья четверть		
18.01	Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения. Диагональ, змейка.	1
25.01	Хлопки в паре перед собой, накрест, одной и двумя	1

	руками. Хлопки по бедрам и коленям.	
01.02	Строение музыкального произведения, музыкальные фразы «Передай игрушку», «Мячики».	1
08.02	Танцевальные композиции с элементами импровизации «Гимнасты», «Дрессированные лошадки».	1
15.02	Исполнение простых движений на месте по линиям, колонкам.	1
22.02	Упражнения с предметами и музыкальными инструментами (ленты). Активный словарь: долгие, короткие звуки.	1
29.02	Коммуникативные игры «Путаница», «Капитаны».	1
07.03	Смена движения в зависимости от характера музыки «Музыкальные загадки», «Паучки».	1
14.03	Танцевальный бег с откидыванием ноги от колена назад, выбрасывая прямые ноги вперед. Перескоки с ноги на ногу с высоким подниманием колена вперед.	1
21.03	Сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений «Путешествие по цирку», «Весенняя капель».	1
Всего:		10
Четвёртая четверть		
04.04	Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения. Шахматный порядок. Упражнения для укрепления мышц спины («Змея», «Лодочка», «Пловец», подъем разноименных руки и ноги).	1
11.04	Активный словарь: музыкальная фраза. «Цапля» - высокое положение бедра согнутой в колене ноги. «Цапля» с полуприседанием.	1

18.04	Упражнения с предметами и музыкальными инструментами (султанчики). Упражнения для гибкости позвоночника («Ящерица», «Лягушка», «Корзинка»).	1
25.04	Прыжки по VI позиции вверх, на двух ногах, на одной ноге. Прыжки со сменой ног вперед-назад. Прыжки из VI во II позицию и обратно на двух ногах.	1
02.05	Динамика и темп «Штиль-Шторм», «Светофор».	1
16.05	Строение музыкального произведения, музыкальные фразы «Передай игрушку», «Мячики».	1
23.05	Танцевальные загадки в различных образах, с разным музыкальным сопровождением «Стоп кадр». Импровизация на заданную тему «Зарядка в зоопарке».	1
30.05	Сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений «Ложжари», «Платочки».	1
Всего:		8
Итого:		34

**Календарно-тематический план на 2019-2020 гг. по предмету
«Ритмика и танец» 3-й год обучения (6-7 лет)**

Таблица 6

Дата	Тема	Количество часов
1 четверть		
07.09	Вводный инструктаж по технике безопасности. Танцевальное приветствие. Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения.	1
14.09	Смена движения в зависимости от характера музыки «Три загадки».	1
21.09	Упражнения с предметами (разноцветными шарфами). Движения руками в зависимости от характера музыки как одновременно, так и поочередно.	1
28.09	Танцевальная композиция с элементами импровизации «Осенний листопад».	1
05.10	Активный словарь: очень тихо, очень громко, громче, тише, не очень тихо, не очень громко, умеренно, не спеша, сдержанно, неторопливо, певуче.	1
12.10	Повороты вокруг себя на марше с высоким подниманием бедра. Повороты в паре танцевальными шагами.	1
19.10	Динамика и темп «Штиль-Шторм», «Сороконожки».	1
26.10	Этюды со сменой танцевального рисунка «3 прыжка- 3 хлопка», «Спортсмены».	1
Всего:		8
Вторая четверть		

09.11	Выпады вправо, влево, вперед. Наклоны и развороты корпуса.	1
16.11	«Цапля» - высокое положение бедра согнутой в колене ноги. «Цапля» с полуприседанием. Музыкальный размер («Дирижеры», «Эхо» и т.д.).	1
23.11	Активный словарь: живо, задорно, скоро, оживленно, подвижно, игриво; замедляя, ускоряя. Упражнения с музыкальными предметами(ложки, бубны).	1
30.11	Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения. Движения «каноном».	1
07.12	Танцевальный бег с откидыванием ноги от колена назад, выбрасывая прямые ноги вперед «ножницы».	1
14.12	Строение музыкального произведения, музыкальные фразы «Топ-хлоп».	1
21.12	Импровизация с предметами под разнохарактерную музыку. Импровизация на заданную тему (колокольчики, маракасы)	1
28.12	Этюды со сменой танцевального рисунка «Волшебные круги», «Маленький оркестр», «Моталочка».	1
Всего:		8
Третья четверть		
18.01	Активный словарь: длительности: четверти, восьмые, половинные, сильные и слабые доли. Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения. Из нескольких линий в круг, из круга в колонны, линию.	1
25.01	Коммуникативные игры «Пластин», «Зеркало».	1

01.02	«Гармошка», различные виды шагов со сменой темпа, направления движения, тройной переменный шаг.Вытягивание и сокращение стоп «Клювики», «Пингвин».	1
08.02	Подскоки, прямой и боковой галоп.	1
15.02	Упражнения для гибкости позвоночника («Ящерица», «Лягушка», «Корзинка»).	1
22.02	Танцевальные загадки в различных образах, с разным музыкальным сопровождением «Угадай, кто?», «В гостях у сказки».	1
29.02	Хлопки в паре и индивидуально в различных направлениях, сочетаниях и ритмических рисунках.	1
07.03	Упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса («Велосипед», «Шлагбаум», «Уголок», «Ледяная горка», «Гигантские шаги».	1
14.03	Ритмические рисунки «Топ-хлоп».	1
21.03	Сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений «Самовар», «Волшебные птицы», «Танец при свечах».	1
Всего:		10
Четвёртая четверть		
04.04	Активный словарь: музыкальная фраза. «Музыкальные змейки».	1
11.04	Прыжки по VI позиции вверх, вправо, влево, на двух ногах, на одной ноге. Прыжки из VI во II позицию и обратно на двух ногах.	1
18.04	Танцевальная композиция с элементами импровизации «Путешествие в Африку».Упражнения для развития координации, ориентации в пространстве, перестроения. «Воротца», «улитка», «звездочка».	1

25.04	Коммуникативные игры «Матросы», «Клубочек». Упражнения на растяжку.	1
02.05	Танцевальные загадки в различных образах, с разным музыкальным сопровождением «Угадай, кто?», «В гостях у сказки».	1
16.05	Упражнения для укрепления мышц спины «Лодочка», «Пловец», «Качели», подъем разноименных руки и ноги).	1
23.05	Упражнения с предметами (султанчики). Упражнения для развития тазобедренного и коленного сустава «Бабочка», «Лягушка».	1
30.05	Сюжетные и образные этюды на основе проученных элементов и движений «Праздничный вальс», «Бранль».	1
Всего:		8
Итого:		34