**Цель**— развитие творческих способностей детей средствами танцевального искусства**.**

**Задачи**

1.Создать условия для развития творческой активности дошкольников, для совместной деятельности детей и взрослых (организация выступлений детей старших групп перед младшими и пр.).

2. Развивать чувство ритма и пластичность, ловкость, гибкость, физическую выносливость.

3. Развивать и совершенствовать танцевальные навыки и умения детей дошкольного возраста.

4.Развивать и совершенствовать артистические навыки детей, а также их исполнительские умения.

5. Привить способность понимать музыку, выражать эмоции и чувства через танец.

5.Ознакомить детей с различными видами танцев.

6.Приобщить детей к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт: знания детей о танце, его истории, устрой танцевальных профессиях, костюмах, атрибутах, танцевальной технологии.

Занятия проводятся по возрастным группам. Продолжительность занятий старшая группа – 25 минут, подготовительная группа - 30 минут. В неделю проводится по два занятия во вторую половину дня.

Предполагаемым результатом является – наличие у детей чувство ритма, физически выносливы, ловкие и гибкие. Развито умение выражать свои чувства и эмоции с помощью танцевальных движений. Расширен кругозор о танцевальной культуре.

В качестве методического материала использовать:

* аудиозаписи музыкально-ритмических комплексов различной тематики
* музыкально-дидактические игры
* костюмы и атрибуты для танцев.

Занятие кружка должно приносить детям радость, удовлетворение от преодоления трудностей, раскрывать их творческий потенциал.

**Учебно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|   |  Содержание работы |  Возраст |  Дата |  Репертуар\* |
| 1 | Работа над танцем к Новому году |  |  |  |
| Старшаягруппа (1 и 2) | Ноябрь, декабрь | «Пока часы 12-ть бьют» |
| Д.Маликов, Ю.Началова |
| Подготов.группа (1 и2) | Ноябрь, декабрь | «В лесу родилась ёлочка» Балаган Лимитед |
| 2 | Знакомство с танцем Джайв и работа над ним | Старшая группа (1 и 2) | Октябрь, ноябрь | Мамбо №5 |
| Подготов. группа (1 и 2) |
| 3 | Знакомство с сюжетным танцем к 23 февраля | Старшая группа (1) | Январь, февраль | «Бескозырка белая» или «Яблочко» |
| Подготов. группа (1) |
| 4 | Знакомство с сюжетным танцем к Международному женскому дню | Старшая группа (2) | Январь, февраль | «Далеко от мамы» гр.Барбарики или «Мама – первое слово» |
| Подготов. группа (2) |
| 5 | Знакомство с танцем «Вальс»Подготовка танца на выпускной вечер | Подготов. группы (1 и 2) | Март, апрель, май | По сценарию музыкальных руководителей |
| «Венский вальс» |
|  |  |  |  |  |  |  |

***Календарный план работы с детьми 5-6 лет***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы**  | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **ОКТЯБРЬ** | Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Ходьба бодрая. | Хлопки на каждый счёт, через счёт. | Позиция ног и рук: первая и вторая.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | Мягкий, высокий, высокий на носках.  | Познакомить детей с музыкой к танцу «Джайв», определить характер музыки. |
| **3-4 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. | Хлопки на каждый счёт, через счёт, только на первый счёт. | Позиция ног и рук: первая и вторая.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | Мягкий, высокий, высокий на носках. Познакомить с приставным шагом. | Танец «Джайв» |
| **5-6 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Повороты с переступанием. Повороты направо, налево, по распоряжению. | Ходьба на каждый счёт, через счёт, только на первый счёт. | Позиция ног и рук: первая и вторая.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | Мягкий, высокий, высокий на носках, с приставным шагом. Познакомить со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. | Танец «Джайв» |
| **7-8 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Повороты с переступанием. Повороты направо, налево, по распоряжению. | Ходьба на каждый счёт, через счёт, только на первый счёт. | Позиция ног и рук: первая и вторая.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | Мягкий, высокий, высокий на носках, с приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. | Танец «Джайв» |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
|  **НОЯБРЬ** | Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах. Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками и через счёт. Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. | Позиция ног и рук: первая и вторая, третья.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Пружинящий и топающий шаг. | Танец «Джайв». |
| **3-4 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах. Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками и через счёт. Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Позиция рук на поясе, перед грудью.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Пружинящий и топающий шаг. | Танец «Джайв». |
| **5-6 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. На первый счет  - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза. | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Позиция рук на поясе, перед грудью.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Шаг полька. | Познакомить детей с музыкой к танцу ««Пока часы 12-ть бьют» определить характер музыки. |
| **7-8 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. На первый счет  - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза. | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Позиция рук на поясе, перед грудью.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Шаг полька. | Танец «Пока часы 12-ть бьют» |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **ДЕКАБРЬ** | Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | На первый счет  - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза.  | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Позиция рук на поясе, перед грудью.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Шаг полька. | Танец «Пока часы 12-ть бьют» |
| **3-4 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Перестроение из колонны в несколько кругов. | На первый счет  - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза. | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Полуприседы.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | Приставной шаг,  скрестный шаг в сторону и галоп вперёд и в сторону. Шаг полька. Дробный шаг. | Танец «Пока часы 12-ть бьют» |
| **5-6 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов. | На первый счет  - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза. | Полуприседы. Выставление ноги на носок в сторону. Повороты направо (налево), переступая на носках. Танцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360° на шагах. | Танец «Пока часы 12-ть бьют» и «Джайв» |
| **7-8 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов. | На первый счет  - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза. | Полуприсяды. Выставление ноги на носок в сторону. Повороты направо (налево), переступая на носках. Танцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360° на шагах. | Выступление на новогоднем утреннике «Пока часы 12-ть бьют» и «Джайв» |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **ЯНВАРЬ** | Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. | Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. Простейшие движения руками в различном темпе.  | Позиция ног: первая и вторая, третья, четвёртая.Позиция рук: первая и вторая, третья, подготовительная.Танцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Кик-движение. Шаг с подскоком. | Танец «Пока часы 12-ть бьют» и «Джайв», закрепление. |
| **3-4 занятие** |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. | Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – ослабление силы звука. | Позиция ног: первая и вторая, третья, четвёртая.Позиция рук: первая и вторая, третья, подготовительная.Танцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Кик-движение. Шаг с подскоком. | Познакомить детей с музыкой к танцу «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» определить характер музыки. |
| **5-6 занятие** |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх. на четыре счета – опустить. | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительнуюТанцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Кик-движение. Русский попеременный шаг. | Танец «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» |
| **7-8 занятие** |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх. на четыре счета – опустить. | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительнуюТанцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Кик-движение. Русский попеременный шаг. | Танец «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |   |
| **1-2 занятие** |   |
| **ФЕВРАЛЬ** | Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Простейшие движения руками в различном темпе. 1-4 – шаг вперед, руки в сцеплении вверх.5-8 - шаг вперед, руки в сцеплении вниз. | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительную  | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Кик-движение. Русский попеременный шаг. | Танец «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» |   |
| **3-4 занятие** |   |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение различных простых движений руками. На четыре счета – поднять руки вверх. на четыре счета – опустить. | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительную  | Дробный шаг.Кик-движение. Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. | Танец «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» |   |
| **5-6 занятие** |   |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение простых движений руками в различном темпе.  | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительнуюТанцевальная разминка по кругу. | Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа. Дробный шаг. Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. | Выступление на празднике посвящённом Дню защитников Отечества с танцем «Бескозырка белая» |   |
| **7-8 занятие** |   |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх, на четыре счета – опустить. | Познакомить с пятой и шестой позицией ног. | Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа. Дробный шаг. Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. | Танец «Далеко от мамы», повторить танец «Бескозырка белая» |   |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **МАРТ** | Ходьба на каждый счёт и через счёт. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Размыкание по ориентирам. Построение в рассыпную. | Выполнение простейших движений руками в различном темпе:И.п. – упор присев1-4 – встать, руки вверх5-8 упор присев. | Пятая и шестая позиции ног.Танцевальная разминка по кругу. | Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа. Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. | Танец «Далеко от мамы», повторить танец «Бескозырка белая» |   |
| **3-4 занятие** |
| Ходьба на каждый счёт и через счёт. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Размыкание по ориентирам. Построение в рассыпную. | Выполнение простейших движений руками в различном темпе:И.п. – упор присев1-4 – встать, руки вверх5-8 упор присев. | Пятая и шестая позиции ног.Танцевальная разминка по кругу.  | Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа. Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. | Танец «Далеко от мамы», выступление на празднике посвящённый Международному женскому дню |   |
| **5-6 занятие** |
| Ходьба на каждый счёт и через счёт. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Размыкание по ориентирам. Построение в рассыпную. | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх, на четыре счета – опустить. | Пятая и шестая позиции ног.И.п. 1-2 – полуприсед3-4 встать5-8 – повторить 1-4Танцевальная разминка по кругу. | Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. Комбинация из изученных танцевальных шагов. | Закрепление ранее выученных танцев «Джайв», «Пока часы 12-ть бьют», «Бескозырка белая», «Далеко от мамы». |   |
| **7-8 занятие** |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Размыкание по ориентирам. | Повторить занятие 5-6 (март).  | Повторить занятие 5-6 (март).  | Повторить занятие 5-6 (март).  | Закрепление ранее выученных танцев «Джайв», «Пока часы 12-ть бьют», «Бескозырка белая», «Далеко от мамы». |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **АПРЕЛЬ** | Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. | Движения руками:И.п. – правая рука вверх1-4 – правая рука плавно вниз5-8 – левая рука плавно вверх | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. Комбинация из изученных танцевальных шагов. | Закрепление ранее выученных танцев «Джайв», «Пока часы 12-ть бьют», «Бескозырка белая», «Далеко от мамы». |
| **3-4 занятие** |
| Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. | Движения руками:1-4 – 1 шеренга руки плавно вперед.5-8 – 2 шеренга –тоже1-4 – 1 шеренга руки плавно вниз5-8 – 2 шеренга –тоже. | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. Приставные шаги с поворотом вокруг себя. | Закрепление ранее выученных танцев «Джайв», «Пока часы 12-ть бьют», «Бескозырка белая», «Далеко от мамы». |
| **5-6 занятие** |
| Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. | Движения руками:И.п. – правая рука вверх1-4 – правая рука плавно вниз5-8 – левая рука плавно вверх. | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. Приставные шаги с поворотом вокруг себя. | Закрепление ранее выученных танцев «Джайв», «Пока часы 12-ть бьют», «Бескозырка белая», «Далеко от мамы». |
| **7-8 занятие** |
| Повторить занятие 5-6 (апрель).  | Повторить занятие 5-6 (апрель).  | Повторить занятие 5-6 (апрель).  | Повторить занятие 5-6 (апрель).  | Закрепление ранее выученных танцев. |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **МАЙ** | Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. | Выполнение простейших движений руками. | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. Приставные шаги с поворотом вокруг себя. | Закрепление ранее выученных танцев «Джайв», «Пока часы 12-ть бьют», «Бескозырка белая», «Далеко от мамы». |
| **3-4 занятие** |
| Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. Построение в две шеренги напротив друг друга. | Выполнение простейших движений руками. | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. Приставные шаги с поворотом вокруг себя. | Закрепление ранее выученных танцев «Джайв», «Пока часы 12-ть бьют», «Бескозырка белая», «Далеко от мамы». |
| **5-6 занятие** |
| Организация концерта для родителей |
|  |  |  |  |  |  |  |

***Календарный план работы с детьми 6-7 лет***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **ОКТЯБРЬ** | Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Ходьба бодрая. Строевой шаг на месте. | Хлопки на каждый счёт, через счёт. | Позиция ног и рук: первая и вторая.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | Мягкий, высокий, высокий на носках. Познакомить с приставным шагом.  | Познакомить детей с музыкой к танцу «Джайв», определить характер музыки. |
| **3-4 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Строевой шаг на месте. | Хлопки на каждый счёт, через счёт, только на первый счёт. | Позиция ног и рук: первая и вторая.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | Мягкий, высокий, высокий на носках, с приставным шагом. Шаг с подскоком. | Танец «Джайв» |
| **5-6 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Повороты с переступанием. Повороты направо, налево, по распоряжению. | Ходьба на каждый счёт, через счёт, только на первый счёт. | Позиция ног и рук: первая и вторая.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | Мягкий, высокий, высокий на носках, с приставным шагом. Познакомить со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. | Танец «Джайв» |
| **7-8 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Повороты с переступанием. Повороты направо, налево, по распоряжению. | Ходьба на каждый счёт, через счёт, только на первый счёт. | Позиция ног и рук: первая и вторая.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | Мягкий, высокий, высокий на носках, с приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. | Танец «Джайв» |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **НОЯБРЬ** | Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах. Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками и через счёт. Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. | Позиция ног и рук: первая и вторая, третья.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Пружинящий и топающий шаг. | Танец «Джайв». |
| **3-4 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах. Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками и через счёт. Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Позиция рук на поясе, перед грудью.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Пружинящий и топающий шаг. | Танец «Джайв». |
| **5-6 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. На первый счет  - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза. | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Позиция рук на поясе, перед грудью.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Шаг полька. Шаг с подскоком. | Познакомить детей с музыкой к танцу «В лесу родилась ёлочка» определить характер музыки. |
| **7-8 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. На первый счет  - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза. | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Позиция рук на поясе, перед грудью.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Шаг полька. Шаг с подскоком. | Танец «В лесу родилась ёлочка» |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **ДЕКАБРЬ** | Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Повороты с переступанием. Перестроение из колонны в несколько кругов. | На первый счет  - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза.  | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Позиция рук на поясе, перед грудью.Поклон для мальчиков и реверанс для девочек.Танцевальная разминка. | С приставным шагом, со скрестным шагом в сторону и галопом вперёд и в сторону. Шаг полька. | Танец «В лесу родилась ёлочка» |
| **3-4 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Перестроение из колонны в несколько кругов. | На первый счет  - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза. | Позиция ног и рук: первая, вторая, третья.Полуприседы.Русский поклон.Танцевальная разминка. | Шаг полька. Дробный шаг. Каблучный шаг. | Танец «В лесу родилась ёлочка» |
| **5-6 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов. | На первый счет  - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза. | Полуприседы. Выставление ноги на носок в сторону. Повороты направо (налево), переступая на носках. Русский поклон.Танцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360° на шагах. | Танец «В лесу родилась ёлочка» и «Джайв» |
| **7-8 занятие** |
| Построение в колонну по сигналу. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов. | На первый счет  - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза. | Полуприсяды. Выставление ноги на носок в сторону. Повороты направо (налево), переступая на носках. Русский поклон. Танцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360° на шагах. | Выступление на новогоднем утреннике «В лесу родилась ёлочка» и «Джайв» |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **ЯНВАРЬ** | Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. | Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. Простейшие движения руками в различном темпе.  | Позиция ног: первая и вторая, третья, четвёртая.Позиция рук: первая и вторая, третья, подготовительная.Танцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг. Каблучный шаг. Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону. | Танец «Пока часы 12-ть бьют» и «Джайв», закрепление. |
| **3-4 занятие** |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. | Выполнение ходьбы, бега в различном темпе. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – ослабление силы звука. | Позиция ног: первая и вторая, третья, четвёртая.Позиция рук: первая и вторая, третья, подготовительная.Танцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг. Каблучный шаг. Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону. | Познакомить детей с музыкой к танцу «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» определить характер музыки. |
| **5-6 занятие** |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх. на четыре счета – опустить. | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительнуюТанцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг. Каблучный шаг. Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону. | Танец «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» |
| **7-8 занятие** |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх. на четыре счета – опустить. | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительнуюТанцевальная разминка по кругу. | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Кик-движение. Русский попеременный шаг. | Танец «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |   |
| **1-2 занятие** |   |
| **ФЕВРАЛЬ** | Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Простейшие движения руками в различном темпе. 1-4 – шаг вперед, руки в сцеплении вверх.5-8 - шаг вперед, руки в сцеплении вниз. | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительную  | Приставной шаг, скрестный шаг в сторону. Дробный шаг.Кик-движение. Русский попеременный шаг. | Танец «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» |   |
| **3-4 занятие** |   |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение различных простых движений руками. На четыре счета – поднять руки вверх. на четыре счета – опустить. | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительную  | Дробный шаг.Кик-движение. Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Тройной притоп. | Танец «Бескозырка белая», «Далеко от мамы» |   |
| **5-6 занятие** |   |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение простых движений руками в различном темпе.  | Руки в подготовительной позиции:1-4 – в первую позицию.5-8 – в третью позицию.                   1-4 – во вторую позицию.  5-8 – в подготовительнуюТанцевальная разминка по кругу. | Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа. Дробный шаг. Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Тройной притоп. | Выступление на празднике посвящённом Дню защитников Отечества с танцем «Бескозырка белая» |   |
| **7-8 занятие** |   |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Перестроение из колонны в несколько кругов и обратно. Размыкание по ориентирам. | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх, на четыре счета – опустить. | Познакомить с пятой и шестой позицией ног. | Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа. Дробный шаг. Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Тройной притоп. | Танец «Далеко от мамы», повторить танец «Бескозырка белая» |   |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **МАРТ** | Ходьба на каждый счёт и через счёт. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Размыкание по ориентирам. Построение в рассыпную. | Выполнение простейших движений руками в различном темпе:И.п. – упор присев1-4 – встать, руки вверх5-8 упор присев. | Пятая и шестая позиции ног.Танцевальная разминка по кругу. | Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание (вправо и влево). | Танец «Далеко от мамы», повторить танец «Бескозырка белая» |   |
| **3-4 занятие** |
| Ходьба на каждый счёт и через счёт. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Размыкание по ориентирам. Построение в рассыпную. | Выполнение простейших движений руками в различном темпе:И.п. – упор присев1-4 – встать, руки вверх5-8 упор присев. | Пятая и шестая позиции ног.Танцевальная разминка по кругу.  | Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание (вправо и влево). | Танец «Далеко от мамы», выступление на празднике посвящённый Международному женскому дню |   |
| **5-6 занятие** |
| Ходьба на каждый счёт и через счёт. Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Размыкание по ориентирам. Построение в рассыпную. | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх, на четыре счета – опустить. | Пятая и шестая позиции ног.И.п. 1-2 – полуприсед3-4 встать5-8 – повторить 1-4Танцевальная разминка по кругу. | Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. «Ковырялочка». | Познакомить с музыкой к «Венскому вальсу» определить характер музыки. |   |
| **7-8 занятие** |
| Ходьба на полупальцах, с «каблучка». Ходьба вперёд назад (спиной). Размыкание по ориентирам. | Повторить занятие 5-6 (март).  | Повторить занятие 5-6 (март).  | Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. «Ковырялочка» | Танец «Венский вальс» |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **АПРЕЛЬ** | Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. | Движения руками:И.п. – правая рука вверх1-4 – правая рука плавно вниз5-8 – левая рука плавно вверх | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Русский попеременный шаг. Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. «Ковырялочка», «Гармошка». | Танец «Венский вальс» |
| **3-4 занятие** |
| Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. | Движения руками:1-4 – 1 шеренга руки плавно вперед.5-8 – 2 шеренга –тоже1-4 – 1 шеренга руки плавно вниз5-8 – 2 шеренга –тоже. | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. Приставные шаги с поворотом вокруг себя. «Ковырялочка», «Гармошка». | Танец «Венский вальс» |
| **5-6 занятие** |
| Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. | Движения руками:И.п. – правая рука вверх1-4 – правая рука плавно вниз5-8 – левая рука плавно вверх. | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. Приставные шаги с поворотом вокруг себя. «Ковырялочка», «Гармошка». | Танец «Венский вальс» |
| **7-8 занятие** |
| Повторить занятие 5-6 (апрель).  | Повторить занятие 5-6 (апрель).  | Повторить занятие 5-6 (апрель).  | Повторить занятие 5-6 (апрель).  | Танец «Венский вальс» |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Строевые упражнения** | **Игроритмика** | **Хореографические упражнения** | **Танцевальные шаги** | **Танец** |
| **1-2 занятие** |
| **МАЙ** | Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. | Выполнение простейших движений руками. | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Шаг с подскоком. Русский шаг-припадание. Приставные шаги с поворотом вокруг себя. «Ковырялочка», «Гармошка». | Повторение ранее изученных танцев «Джайв», «Бескозырка белая», «Далеко от мамы». |
| **3-4 занятие** |
| Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. Построение в две шеренги напротив друг друга. | Выполнение простейших движений руками. | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Комбинация из ранее выученных шагов. | Танец «Венский вальс» |
| **5-6 занятие** |
| Ходьба. Перестроение в круг. Построение в шеренгу, сцепление за руки. Построение врассыпную. Построение в две шеренги напротив друг друга. | Выполнение простейших движений руками. | Пятая и шестая позиции ног.Выставление ноги на носок вперёд, вбок и назад. Танцевальная разминка по кругу.  | Комбинация из ранее выученных шагов. | Организация концерта для родителей |
| **7-8 занятие** |
| Подготовка к Выпускному вечеру.Выступление на Выпускном вечере |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Словарь танцевальных движений**

**«Бег парами по кругу»** - сохранять парносит, держать круг, интервалы. Движение исполнять точно под музыку.

**«Бег по кругу»** -  держать круг, интервалы, осанку (голова поднята). Исполнять точно под музыку. Шаг на 1/8 такта.

**«Бегунец»** - элемент танца, разучивается на счёт6 «раз и, два и». И.п.: ноги в основной позиции – пятки вместе, носки врозь. Оттолкнуться левой ногой и сделать небольшой прыжок вперёд правой ногой (счёт «раз»), левой ногой (счёт «и»), правой ногой (счёт «два»). После этого начинать те же движения с левой ноги (прыжок, перебежка и т.д.).

**«Белорусский шаг полька»**. Музыкальный размер 2/4. Начинается с затакта, подскок и три шага или три притопа. Исполняется на 1-й такт музыки.

**«Боковой галоп»**. С правой/левой/ ноги шаг в сторону, левая/правая/ догоняет её и подбивает, движение исполняется легко, задорно. Два галопа на 1 такт. Музыкальный размер 2/4.

**«Врассыпную маршем»**. Держать ориентир, не сталкиваться. Ходить под музыку. Шаг на ¼ такта.

**«Врассыпную шагом»**. Держать ориентир, ходить не сталкиваться, точно под музыку, точно под музыку.

**«Выбрасывание ног»**. Исполняется перескоком с одной ноги на другую поочерёдно. Выносится нога вперёд на 45 градусов, колени прямые, носок предельно натянут, исполняется в быстром темпе на каждую ¼ такта.

**«Выставление ноги вперёд на носок»**. Движение исполняется с правой и левой ноги. Нога выставляется, носок предельно вытянут, пятка повёрнута вперёд. Колено прямое, голова повёрнута к выставленной ноге. Характер музыки умеренный.

**«Выставление ноги вперёд на пятку»**. Движение исполняется с правой и левой ноги поочерёдно. При исполнении придерживаться точно направления вперёд. Нога выставляется на пятку, сильно согнута в подъёме так, чтобы носок смотрел вверх и немного в сторону, корпус прямой, голова приподнята. Характер музыки спокойный. При музыкальном размере 2/4 на «раз» каждого такта нога выносится вперёд, на «два» - нога подтягивается в исходное положение.

**«Галоп вперёд»** - выпад на правую/левую/ ногу вперёд, левая нога /правая/ подтягивается и с небольшим подскоком продвигается вперёд. Шаг на ¼ такта. Размер 2/4. Характер энергичный.

**«Гармошка»**. Пятки вместе, носки врозь, носки вместе, пятки врозь с продвижением в правую и левую стороны.

**«Дробный шаг»**. Выполняется ритмично на всей ступне, на каждую 1/8 такта. Ступни параллельно, колени согнуты слегка. Движение может выполняться на месте и в разных направлениях.

**«Ковырялочка вперёд»**. Один из видов «ковырялочки». Музыкальный размер 2/4. На 1-ый такт правая (левая) нога выносится вперёд на носок, на счёт «раз», «два» поставить ногу на каблук, на счёт «раз» - 2-ой такт. Поставить ногу в исходное положение, на счёт «два» - пауза и движение можно выполнять с другой ноги и тремя притопами. Характер зависит от музыки.

**«Кружиться парами»** - танцующие, взявшись за руки, смотрят на друг, друга. При исполнении движений должны образовывать круг. Шаг ¼ такта.

**«Кружиться по одному»**. Делать маленький кружок вокруг себя, сохранять осанку, слушать музыку. Кружение в одну сторону должно занимать не более 4 такта музыкального сопровождения.

**«Марш парами по кругу»** - сохранять парность, держать круг, интервалы. Ходить точно под музыку.

**«Марш по кругу»** - держать круг, интервалы, осанку /поднять/. Чётко ходить под музыку. Шаг на ¼ такта.

**«Марш с высоким подниманием ног»**.  Марш с высоким подниманием колена, носок оттянут вниз, корпус прямой. Характер чёткий, энергичный. Шаг на ¼ такта.

**«Марш»** - чёткий шаг под музыку. Шаг на ¼ такта. Согласовывать движения рук и ног, держать осанку.

**«Мелкий бег по кругу»** - держать ориентир, не сталкиваясь друг с другом. Исполнять точно под музыку.

**«Мелкий бег»** - движение исполняется на 1/8 такта, легко на носочках, шаг мелкий.

**«Переменный шаг»**. Музыкальный размер 2/4. Исполняется на 1-ый такт музыки, два шага с правой ноги, два шага с левой ноги и т.д.

**«Полуприседание с вынесением ноги на пятку»**. На «раз» приседать, на «два» поднять с полуприседанием и вынести правую/левую ногу на пятку в сторону.

**«Поскоки»**. Музыкальный размер 2/4. Исполняется энергично, задорно на каждую ¼ такта. На «раз» - шаг на правую ногу, на «два» - поскок на этой ноге, поднять колено левой ноги, носок оттянуть вниз. Движение исполняется с одной и другой ноги в разных направлениях.

**«Приглашение»**. Мальчики: руки опущены вниз, корпус прямой – шаг в сторону по линии танца/ против хода часовой стрелки/ с левой ноги, правую ногу приставить к левой с небольшим наклоном головы. Девочки: держа руки на юбочке или отводя в сторону, кисти рук повёрнуты вниз. Шаг с правой ноги, левую ногу подтягивают и ставят сзади правой на  носок, колено левой ноги согнуто и отведено влево. При этом исполняется небольшое приседание. Корпус прямой.

**«Приставной шаг с пружинкой»**. На «раз» – шаг в сторону, на «два»  - приставить ногу: носок к носку, пятка к пятке – и исполнить небольшую пружинку/приседание. Движение исполняется в одну и в другую стороны.

**«Приставной шаг»**. Начинать разучивать движение по прямой линии. На «раз» - шаг в сторону, на «два» - приставить ногу, носок к носку, пятка к пятке. Корпус прямой, голова приподнята. Движения исполняется в одну и в другую стороны. Характер зависит от музыки.

**«Притопы одной ногой»** - размер 2/4. Притоп на сильную долю каждого такта.

**«Притопы поочерёдные»** - музыкальный размер 2/4 – 2 притопа в такт. Притоп исполняется на каждую четверть.

**«Притопы топающие»** - исполнять на каждую восьмую на полной стопе, высоко ногу не поднимать.

**«Притопы»**. Музыкальный размер 2/4. Притоп поочерёдно на каждую ¼ такта. Или 1-ый такт – два притопа, 2-ой такт – пауза.

**«Пружинка»** - лёгкое приседание в соответствии со спокойным характером музыки. Движение исполняется на сильную дол. Такта. Размер 2/4.

**«Прыжки»** - легко подпрыгивать на двух ногах в соответствии с характером музыки. Сохранять осанку. Ритмично исполнять прыжки на двух ногах. На каждую ¼ такта.

**«Скользящие хлопки»**. Руки вытянуты вперёд, чуть согнуты в локтях, скользящим движениями хлопать сверху вниз по ладошкам на каждую ¼ такта.

**«Танцевальный  шаг»**.    Движения исполняются во всех направлениях. Шаг с носка. Исполняется на каждую четверть музыкального размера 2/4. На «раз» - шаг с правой ноги, на «два» - шаг с левой ноги и т. д.»

**«Тройные притопы»**. Занимают 2 такта. На «раз» 1-ого такта – притопы правой ногой, на «два» - притоп левой ногой. На «раз» 1-ого такта -  притоп правой ногой. На «два» -  пауза. Тройные притопы могут выполнять на 1-й такт /восьмыми/ и 1/8 такта.

**«Тройные хлопки»** занимают 2 такта. Музыкальный размер 2/4. На «раз» первого такта – хлопок, на «два» - хлопок, на «раз» второго такта – хлопок, на «два» - пауза.

**«Упражнение для рук»** - уметь поднимать руки вверх, вправо, влево, вниз, сторону с предметами и без предметов.

**«Упражнение с платочками»** - Движения во всех направлениях плавные, лёгкие.

**«Упражнение с погремушками, игрушками»** - уметь правильно держать погремушку и выполнять движения в соответствии с ритмом и динамикой музыки.

**«Упражнения с флажками»** - Движения более чёткие. Уметь правильно держать флажок. Флажок поднять вверх, впереди себя рука согнута, локоть внизу.

**«Фонарики»** - кисти рук должны быть перед собой, локти опущены вниз, пальцы собраны,/как бы держа яблоко/, легко вращать кистями, без напряжения.

**«Хлопки»** - хлопки поочерёдные в соответствии с ритмической пульсацией, хлопок приходится на каждую четверть. Размер 2/4 – 2 хлопка в такте поочерёдные на каждую ½ такта. Или на один такт – пауза.

**«Хлопок с притопом»**. Исполняется на сильную долю такта. Музыкальный размер 2/4. На «раз» - исполнять хлопок и притоп одной ногой, на «два» - пауза и т.д.

**«Ходьба парами по кругу»** - сохранять парность, держать круг, интервалы, ходить точно под музыку. Шаг – ¼ такта.

**«Ходьба по кругу»** - держать круг, интервалы, осанку (голову поднять). Выполнять точно под музыку. Шаг ¼ такта.

**«Шаг вальса (гимнастический)»**. И.п.: стойка на носках. Выполняется на счёт «Раз, два, три». Их «и» - маленький скользящий. На «раз» - шаг правой ногой вперед с носка на всю ступню, слегка сгибая колено (мягко пружиня); на «два, три» - два небольших шага вперед левой, затем правой ногой на носках /ноги прямые/.

**«Шаг вальса» (танцевальный**). И.п.: стойка на носках.  Исполняется, как и предыдущий шаг, но на беге стремительно.

**«Шаг и поскок с правой, затем с левой ноги»**. Нога высоко поднимается. Музыкальный размер 2/4. Движение исполняются энергично, весело, задорно, на 2/4 такта.

**«Шаг польки»**.  Исполняется  с затакта. На «раз» - поскок на левой ноге, правую ногу выносим вперед, с этой ноги исполняем переменный шаг. Затем движение исполнить с другой ноги. Размер 2/4. Движение  на 1-й такт музыки.

**«Шаг с припаданием»**.  Ис.п.: ноги в основной стойке. Выполняется  на счет: « и раз,и два». На «и» - правую ногу приподнять в сторону, вправо; на «раз» - сделать небольшой шаг с носка на всю ступню, слегка сгибая колено. Одновременно левую, согнуть в колене, ногу приподнять; на «и» - выпрямляя ноги, встать на носок левой ноги / сзади правой/, правую отвести в сторону; на «два» - «и» - повторить движения.

**«Шаг с притопом»**.    На «раз» - шаг с правой ноги, на «два» - притоп левой ногой, не перенося на нее тяжесть  тела, затем  шаг с левой ноги, и притоп правой и т. д. Обратить внимание: с какой ноги притоп, с той ноги следующий шаг. Движение исполняется на 1 такт. Музыкальный размер 2/4.

Используемая литература:

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000
2. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособиедля педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс»