

**Частное учреждение дополнительного образования детей и взрослых  
«ТАЛАНТИУМ»**

<i>Рассмотрена на заседании педагогического совета. Протокол № 1 от «10» апреля 2023г.</i>	<b>«Утверждаю»:</b> Директор ЧУДО «Талантиум» Синицына Н.С. /_____/ «10» апреля 2023г.
--	---

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Танец 4-7»**

Возраст обучающихся: 4-7 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:  
Муратова Екатерина Александровна,

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ</i>	<i>СТРАНИЦЫ</i>
<b>1. Пояснительная записка</b>	<b>3</b>
1.1. Актуальность и педагогическая целесообразность программы	<b>3</b>
1.2. Цель и задачи программы	<b>3</b>
1.3. Планируемые результаты	<b>5</b>
1.4. Формы организации образовательной деятельности	<b>6</b>
<b>2. Содержание программы</b>	
2.1. Учебно-тематический план-1 год обучения	<b>6</b>
2.2. Учебно-тематический план-2 год обучения	<b>7</b>
2.3. Содержание учебно-тематического плана-1 год обучения	<b>8</b>
2.4. Содержание учебно-тематического плана-2 год обучения	<b>13</b>
<b>3. Формы контроля и оценочные материалы</b>	<b>18</b>
<b>4. Организационно-педагогические условия реализации программы.</b>	<b>18</b>

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее - Программа) «Танец 4-7» разработана с учётом действующих федеральных, региональных, локальных нормативно-правовых документов и рассчитана на *ознакомительный уровень освоения, имеет художественную направленность.*

Программа направлена на получение начального объема знаний, умений и навыков в области современной хореографии, развитие творческих способностей детей, расширение кругозора в области современного хореографического искусства у детей 4 -7 лет.

### 1.1. Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Занятия танцем становятся для детей частью их жизни, т.к. дают возможность выразить себя, свои чувства, настроение в движении и жесте, подчинить свое тело музыке. Дети приобретают стройную осанку, начинают свободно, грациозно двигаться, избавляются от многих физических недостатков, улучшается координация движений.

Благодаря занятиям легко и естественно чувствуют эстетику поведения в быту: подтянутость, внимательность и вежливость по отношению к друзьям, чистоту и аккуратность по отношению к себе.

Как показал опыт работы, дети, занимающиеся основами хореографии, к моменту поступления в школу владеют достаточно прочным запасом двигательных навыков и умений, обладают хорошей памятью, вниманием, фантазией. Для них характерна правильная осанка, высокая работоспособность, целеустремленность и, что не менее важно, интерес к познанию. *Все это помогает ребятам быстрее адаптироваться к новым требованиям, которые предъявляются в учебной деятельности.*

Поэтому данная программа нацелена на раннее развитие по танцевально-игровой деятельности, которая является первой ступенькой на лестнице хореографического обучения.

Программа раскрывает методику ознакомления детей с историей возникновения танца, вводит в удивительный мир хореографического искусства, знакомит со стилями хореографии, дает возможность детям проявить себя посредством пластики, близкой детям. Важнейшим в работе танцевальной студии является процесс вхождения в сценический образ, развитие танцевальных навыков у всех детей.

### 1.2. Цель:

выявление и раскрытие творческих способностей дошкольников посредством хореографического искусства.

#### **Задачи:**

#### **1-й год обучения.**

#### **Образовательные**

- Формировать элементарные хореографические знания, умения и навыки.
- Знакомить детей с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
- Изучать простейшие хореографические термины.

### **Развивающие**

- Развивать творческие способности детей на основе индивидуального-ориентированного подхода;
- Развивать воображение и фантазию детей в различных видах деятельности;
- Развивать музыкальные качества (музыкальный слух, чувство ритма);
- Развивать хореографические способности;
- Развивать психические процессы (внимание, память, мышление);
- Развивать физические, интеллектуальные, социальные, нравственные, эстетические качества детей;
- Создавать благоприятных условий для их гармоничного развития в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями каждого ребенка.

### **Воспитательные**

- Воспитывать умение сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- Формировать привычки к здоровому образу жизни.

## **2-ой год обучения**

### **Образовательные**

- преподавать азбуку классического танца;
- совершенствовать умение исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку.
- знакомить с новыми танцевальными движениями и отрабатывать технику исполнения;

### **Развивающие**

- привить детям умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- укреплять костно-мышечный аппарат детей;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;

### **Воспитательные**

- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость;
- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить

девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

### 1.3. Планируемые результаты

***По окончании первого года обучения учащиеся будут знать:***

- назначение спортивного зала и правила поведения в нём.
- основные танцевальные позиции рук и ног.
- понятия: круг, шеренга, колонна.
- терминологию, используемую на занятиях (лексику народного танца, название танцевальных движений);

***Будут уметь:***

- передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения
- ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов - самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки
- ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов
- выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании
- выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры; основные танцевальные позиции рук и ног
- передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений
- передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей
- находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами

***По окончании второго года обучения учащиеся будут знать:***

- терминологию, используемую на занятии (строение музыкального произведения – вступление, начало, проигрыш, концовка)
- правила подвижных игр
- основные танцевальные позиции рук и ног

***Будут уметь:***

- выполнять построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок
- выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку
- выполнять изученные элементы классического танца
- точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;
- выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку

-различать жанр произведения и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове

-исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;

-находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами;

#### **1.4. Формы организации образовательной деятельности**

**Формы организации деятельности воспитанников на занятии:**

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамблевая.

Занятия проводятся 2 раза в неделю. Занятие состоит из двух частей по 30 минут, продолжительность всего занятия - 60 минут с обязательным 10-минутным перерывом между частями.

Срок реализации программы – 2 года (по 70 часов в год).

Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей).

Программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, но не имеющих противопоказаний по состоянию здоровья.

После освоения базовой программы дети могут продолжить обучение в объединении по программе углублённого уровня для дальнейшего совершенствования своих знаний, умений и навыков.

## **2.Содержание программы**

### **2.1. Учебно-тематический план**

**1-ый год обучения:**

/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	1	1	0	Входная диагностика
	Основные движения	10	1	9	

	Азбука музыкального движения	10	1	9	<i>Педагогическое наблюдение. Оценка качества исполнения, составление индивидуальных рекомендаций.</i>
	Танцевально-образные движения	10	1	9	
	Партерная гимнастика	10	1	9	
	Танцуем, играя	10	0	10	
	Постановочно-репетиционная работа	15	0	15	<i>Педагогическое наблюдение. Открытые занятия. Концерты.</i>
	Открытые мероприятия для родителей, концерты	3	0	3	<i>Педагогическое наблюдение.</i>
	Итоговое занятие	1	0	1	<i>Педагогическое наблюдение. Итоговая диагностика</i>
	<i>Всего</i>	<i>70</i>	<i>5</i>	<i>65</i>	

## 2.2. Учебно-тематический план

*2-ой год обучения:*

/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие.	1	1	0	<i>Входная диагностика</i>
	Основные движения и «Азы классического танца».	10	1	9	<i>Педагогическое наблюдение. Оценка качества исполнения, составление индивидуальных рекомендаций</i>
	Азбука музыкального движения	10	1	9	
	Танцевально-образные движения	10	0	10	<i>Педагогическое наблюдение. Оценка качества</i>

	Партерная гимнастика (партерный экзерсис)	10	1	9	исполнения, составление индивидуальных рекомендаций
	Танцуем, играя	10	0	10	
	Постановочно- репетиционная работа	15	1	14	Педагогическое наблюдение.  Открытые занятия. Концерты.
	Открытые мероприятия для родителей, концерты	3	0	3	
	Итоговое занятие	1	0	1	Педагогическое наблюдение.
	Всего	70	5	65	

### 2.3. Содержание учебно-тематического плана

#### 1-ый год обучения:

Разделы/ теория	Содержание /практика
<p>1. <b><u>Вводное занятие.</u></b>  <i>Задача педагога состоит в том, чтобы сплотить новичков в единый коллектив, привить им любовь к новому для них виду искусства, вызвать доверие к себе.</i>            -Знакомство с учениками и родителями.            -Игровой тренинг «Давайте познакомимся».            -Знакомство детей с учебным помещением, его оборудованием.            -Техника безопасности на занятиях.            -Входная диагностика.</p>	
<p>2. <b><u>Основные движения</u></b>  <i>Используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища.</i>  <i>Решается задача приобщения детей к искусству танца, формирования танцевальных знаний, умений и навыков. Позволяет не только постичь эстетику движения, но и способствует решению одной из важных проблем эстетического воспитания детей - приобщение их к богатству танцевального и музыкального народного творчества.</i></p>	
<p>- <b>Беседа «Чтобы танец был красивым».</b>            - Просмотр видеоматериалов с записью танцевальных номеров.            -Просмотр книг для малышей про балет и классический танец.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поклон-приветствие.</li> <li>• Понятие осанка. Постановка корпуса.</li> <li>• Позиции ног – I свободная, II, III.</li> <li>• Позиции рук - на талии, внизу,верху, подг., I, II, III.</li> <li>• Хлопки в ладоши – простые и ритмические.</li> </ul> <p>Положение рук: перед собой,верху, внизу, справа и слева на уровне головы.</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Положения головы. Прямо, наклоны вверх-вниз; вправо и влево, повороты вправо и влево. «Кукушечка».</li> <li>• Поднимание на полупальцы по VI позиции.</li> <li>• «Пружинка» - легкое приседание. По 1, по 2, по 6. Чередование с подъемом на полупальцы.</li> <li>• «Мячик» - прыжки по 6 позиции. Прыжок на два такта, затем на один такт и четыре и более прыжков на один такт.</li> <li>• Упражнения для рук и кистей. «Дельфинчик», «Ветер в ладоши» и др.</li> <li>• Упражнение для плеч. Поднимание-опускание плеч (совместное и поочередное), круговые движения. Изоляция от корпуса.</li> <li>• Положение рук: на поясе и внизу. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.</li> <li>• Понятия: «птичка», «утюжок», «флажок». «Птичка» - оттянутый носок вперед, в стороны. «Утюжок» - стопа сокращена, вынос ноги на пятку вперед и в стороны. «Флажок» - поднимание ноги до колена с натянутой стопой.</li> <li>• Наклоны корпуса вперед с прямой спиной и в стороны с поворотом головы вправо и влево. Исполняться наклоны могут как по VI позиции, так и по II невыворотной позиции.</li> <li>• Притопы в небольшом приседании на месте и в продвижении.</li> <li>• Тройные притопы с остановкой.</li> <li>• Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по четыре, по два шага в каждую точку.</li> </ul>
--	---

### **3. Азбука музыкального движения**

*Она помогает дошкольникам научиться согласовывать свои действия с музыкой. Исполнять движения соответственно темпу, ритму и характеру музыкального сопровождения.*

*В раздел входят музыкальные игры, упражнения, отражающие в движении характер, динамические оттенки музыки. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их исполнения. В этом смысле очень хороши марш. Это музыкальная форма с удобным для начинающего счетом наиболее доступна детскому восприятию и наиболее желательна в первоначальный период обучения.*

<p>Изучаются рисунки танца.</p> <p>Движения исполняются в соответствии с музыкой.</p> <p>При смене характера музыки, меняется направление рисунка, вид движения.</p> <p><i>Основные понятия и термины:</i></p> <p>темп движений, характер и динамика движений, мелодия, характер и динамика движений, мелодия, ритм, звук, акцент, звук, ритмический рисунок, такт, пауза, форма и фразировка: анализ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ходьба: бодрая, спокойная, на носках, на пятка, высокий шаг в разном темпе и ритме.</li> <li>• Бег – легкий, широкий (стелящийся), острый.</li> <li>• Прыжковые движения на месте, с продвижением вперед.</li> <li>• Подскоки</li> <li>• Галоп боковой, вперед по 3 позиции.</li> <li>• «Строевые упражнения»</li> <li>• Марш – на месте, с продвижением, со сменой направления</li> <li>• Марш различными длительностями</li> <li>• Соблюдение интервала</li> </ul>
---	---

<p>музыкальных форм.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бег – колени впереди, стопы назад, на месте и с продвижением</li> <li>• Прыжки – на месте, с продвижением, с вытянутыми ногами, с поджатыми ногами</li> <li>• построение в шеренгу (линию) и в колонну;</li> <li>• перестроение в круг;</li> <li>• бег по кругу и по ориентирам «змейкой»;</li> <li>• перестроение из одной шеренги в несколько, из одной колонны в несколько</li> <li>• построение в шахматном порядке</li> <li>• Движения в паре, ладушки.</li> </ul> <p>музыкальные игры и упражнения:  «Музыкальный квадрат», «Круг дружбы», «Дирижер», «Рисунок танца», «Быстро по местам», «Нитка - иголка», «Музыкальное эхо».</p>
<p><b>4. <u>Танцевально-образные движения</u></b></p> <p><i>Раздел является основой хореографической подготовки детей. В раздел входят танцевальные шаги, позиции ног, рук, принятые в народном танце.</i></p> <p><i>Раздел является основой для развития чувства ритма, мышечного чувства, двигательных способностей детей. Включает в себя общеразвивающие упражнения, упражнения на растяжку мышц, развивающие эластичность суставов, дыхательные и на укрепление осанки.</i></p>	
<p>Изучение лексики народного танца, доступной дошкольникам.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отработка умений выразить в импровизации свое образное представление в движениях, связанных с образом зверей, птиц, людей разных профессий (например: кузнец, вышивальщица, водитель, художник), явлений природы и неодушевленных предметов.</li> <li>• Танцевальные шаги в образах: журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птиц, слона и т.д.</li> <li>• Изображение неодушевленных предметов и явлений: море, волны, деревья, цветы; едем на машине, косим траву, поезд едет, самолет летит, ракета стартует и т.д.</li> <li>• Во время работы над образом прорабатываются: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Движения ( движений рук, ног, головы и корпуса, выражающей образ, действие, чувства).</li> <li>2. Позы (устойчивое выразительное положение).</li> <li>3. Ракурсы (положение исполнителя в позе на определённое количество градусов – относительно точки восприятия зрителя (диагональ, прямо, ).</li> <li>4. Жесты (устойчивое положение или движение, несущее на себе конкретную образную нагрузку).</li> <li>5. Мимика (отражение всех движений души, тончайшие оттенки внутреннего мира человека, течение его мысли, внезапная или последовательная смена настроения).</li> <li>6. Игры - миниатюры, игры - превращения: «Деревянные и тряпичные куклы», «Цветочек», «Веревочки», «Кошка выпускает коготки», «Надуй мяч», «Качели», «Любопытная варвара», «Кораблик» и другие.</li> </ol> </li> </ul>

### 7. Партерная гимнастика

*Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису.*

*Комплекс партерной гимнастики выполняется на гимнастических ковриках. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционным классическому и народно-сценическому экзерсисам у станка, требующим высокого физического напряжения.*

#### **Упражнения:**

- упражнение на подвижность голеностопного сустава
- ✓ вытягивание и сокращение стопы;
- ✓ круговые движения стопой;
- упражнение на развитие шага
- ✓ «Боковая растяжка»
- ✓ «Растяжка с наклоном вперед»
- ✓ «Часы»
- упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава:
- ✓ «Неваляшка»
- ✓ «Passe' с разворотом колена»
- упражнение на развитие гибкости
- ✓ «лодочка»;
- ✓ «складочка»;
- ✓ «колечко»;
- упражнение на укрепление позвоночника
- ✓ «День — ночь»
- ✓ «Змейка»
- ✓ «Рыбка»
- ✓ «Самолетик»
- упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса
- ✓ «ступеньки»;
- ✓ «ножницы»;
- упражнение на развитие выворотности ног
- ✓ «Звездочка»
- ✓ «Лягушка»

### 8. Танцует, играя

*Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся.*

- **Упражнения, игры и метр**
- ✓ Сильные доли и такт:  
Здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).
- ✓ Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер:  
Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки. «Большая прогулка»
- **Упражнения, игры и фразировка.** «Воспроизведи стих», «Повтори», «Метро».
- ✓ Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4)
- ✓ Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4)

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4)</li> <li>• <b>Упражнения, игры и темп.</b> «Если весело живётся, делай так», «Поймай ритм»</li> <li>✓ Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы</li> <li>✓ Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки</li> <li>✓ Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением</li> <li>✓ Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе</li> <li>• <b>Упражнения, игры и динамика.</b> «Игровой модный рок», «Встаньте в круг по ...», «Запрещённое движение», «Музыкальные обручи», «Печатная машинка».</li> <li>✓ Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением</li> <li>✓ Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением</li> <li>• <b>Упражнения, игры и характер музыкального произведения.</b> «Оркестр», «Качающиеся обручи»</li> <li>✓ Соотношение характеров музыки и движения</li> </ul>
--	---

**9. Постановочно-репетиционная работа**

*Это основной раздел программы. Включает в себя репетиционно - постановочную работу, подготовку законченных концертных номеров, что способствует повышению общей культуры ребенка.*

*При постановке танца большое внимание уделяется развитию активного детского творчества, детской фантазии. В процессе занятий нужно дать возможность для самостоятельной работы учеников, научить детей мыслить самостоятельно, приобщить детей к сотрудничеству. Постановке танца предшествует работа над образом (этюдная работа). Это развивает творческую инициативу ребят, помогает им понять характер танцевальных образов*

<p><b>Основные понятия:</b> репетиция номера, утренник, номер (из чего состоит), ответственность, дисциплинированность, костюм, артист, чувство сплочённости и др.</p>	<p><b>Практика:</b> грамотное выполнение танцевальных элементов, перестроений, отработка танцевальных номеров. Постановочная работа танцевального номера: Песенка-чудесенка, Топ-топ, Мухоморы, Весёлые горошины, Капитошка, Новый день. Просмотр танцевального материала, утренник.</p>
--	--

**10. Открытые мероприятия для родителей, концерты**

*Открытые занятия проводятся 2 раза в год – декабрь и май. По мере подготовки детей, они участвуют в концертах студии и в праздничных концертах.*

**2-ой год обучения:**

<b>Разделы/ теория</b>	<b>Содержание /практика</b>
------------------------	-----------------------------

## 1. Вводное занятие.

*Знакомство с учениками и родителями. Игровой тренинг «Давайте познакомимся».  
Знакомство детей с учебным помещением, его оборудованием.*

### **- Беседа «Образ в танце».**

- Беседа о правилах поведения.
- Просмотр видео-спектакля «Чиполлино».
- Просмотр книг для малышей об истории костюма.
- Разговор о сцене и ее особенностях; правила поведения на сцене.

Входная диагностика.

## 2. Основные движения

*Используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища.*

*Решается задача приобщения детей к искусству танца, формирования танцевальных знаний, умений и навыков. Позволяет не только постичь эстетику движения, но и способствует решению одной из важных проблем эстетического воспитания детей - приобщение их к богатству танцевального и музыкального народного творчества.*

- Поклон - приветствие по 1 позиции, у девочек руки внизу в подготовительном положении, у мальчиков за спиной.
- Постановка корпуса в 1, 2 позициях.
- Позиции ног - 1, 2, 3, 5
- Позиции рук - подготовительное положение, 1, 2, 3.
- Хлопки в ладоши – ритмические, с акцентами на сильную долю и слабую.
- Положения головы. Прямо, наклоны вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево, упражнения «тик – так» с задержкой в каждой стороне, ( с ритмическим рисунком) повороты вправо и влево, круговое движение по плечам, в медленном и в быстром темпе.
- Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «фонарики» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей.
- Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Положение рук: на поясе и внизу. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя –поочередно и по одной.
- Понятия: «птичка», «утюжок», «флажок». «Птичка» - оттянутый носок вперед, в стороны. «Утюжок» - стопа сокращена, вынос ноги на пятку вперед и в стороны. «Флажок» -поднимание ноги до колена с натянутой стопой.
- Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево.
- Повороты по четырём точкам шагами на месте - по два

	<p>шага в каждую точку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Релеве поднимание на полупальцы по 1, 2 и 3 позиции ног.</li> <li>- Деми - плие по 1, 2 и 3 позиции ног.</li> <li>- Гранд –плие 1,2 и 3 позиции ног.</li> <li>- Первая форма пор де бра.</li> <li>- Прыжки: Соте по 1,2 позиции ног</li> <li>- Понятия препарасьон</li> </ul>
<p><b><u>3.Азбука музыкального движения</u></b></p> <p><i>Изучаются рисунки танца. Движения исполняются в соответствии с музыкой. Постепенное ускорение или замедление темпа. Влияние динамики музыки на ее характер. При смене характера музыки, меняется направление рисунка, вид движения. Дети приучаются следовать за характером музыки, ее темпом и ритмическим рисунком.</i></p>	
<p><i>Понятия:</i> строение музыкального произведения – вступление, начало, проигрыш, концовка.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ходьба: бодрая, спокойная, на полу пальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), а также подминие пятки до ягодиц, ходьба на четвереньках, с ускорением замедлением;</li> <li>- Бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;</li> <li>- Прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, назад, полуповороте, по точкам;</li> <li>- Различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, вперед по 3 позиции и с различными вариациями лицом в круг из круга), поскок «легкий» и «сильный» и др.;</li> <li>- Строевые упражнения самостоятельно находить свободное место зале, построение в шеренгу (линию) и в колонну, перестроение в круг, бег по кругу и по ориентирам «змейкой», перестроение из одной шеренги в несколько, из одной колонны в несколько построение в шахматном порядке, движения в паре, ладушки. Самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» «улитка», «корзиночка» и др.).</li> <li>- музыкальные игры («Мячик», «Кто быстрее», «Танцуй и стой» и др.),</li> <li>- Первое знакомство с танцем «Полька» (изучение основного шага). Знакомство с движением «Галоп».</li> </ul>
<p><b><u>4. Танцевально-образные движения</u></b></p> <p><i>В раздел входят танцевальные шаги, позиции рук и ног, принятые в классическом танце. Изучение лексики классического танца, доступной дошкольникам. Подготовка к работе у станка (упражнения в партере на гимнастических ковриках).</i></p>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Самостоятельно выразить в импровизации своё образное представление связанных с образом зверей, птиц, людей разных профессий.</li> <li>- Танцевальные шаги в образах: Лебеди, балерины, черепашка ниндзя и т.д.</li> <li>-Изображение неодушевленных предметов и явлений: море, волны, песок, морские ракушки, деревья, цветы; едем на машине, косим траву, трамвай едет, и т.д.</li> <li>-Во время работы над образом прорабатываются:</li> </ul>

Движения (грация, пластичность всего тела).  
 -Позы (устойчивое выразительное положение).  
 -Ракурсы (положение исполнителя в позе на определённое количество градусов – относительно точки восприятия зрителя (эпольман, анфас, профиль)).  
 -Жесты (устойчивое положение или движение, несущее на себе конкретную образную нагрузку).  
 - Мимика (отражение всех движений души, тончайшие оттенки внутреннего мира человека, течение его мысли, внезапная или последовательная смена настроения).  
 - Прыжки, подскоки, соскоки, притопы, галоп, подсечка и др. Все эти танцевальные движения объединены в танцевальные комплексы: «По лужку», «На гулянье», «Ветерок» и др.

### **б. Партерная гимнастика**

*упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела, их укрепление, развитие гибкости в суставах. Занятия партерной гимнастикой разогревают мышцы, делают их более эластичными и подготавливают ребенка к занятиям хореографией.*

**Упражнения:**  
**Упражнение на подвижность голеностопного сустава**  
 Греем стопы  
 – сокращение и вытягивание стоп с раскрытием в 1 позицию  
 И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении face.  
 Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.  
**Упражнения для растягивания ахилового сухожилия:**  
 – «Чемоданчик»  
**Упражнения на улучшения подвижности коленных суставов.**  
 Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе ( пальца вместе), прямой спиной.  
 И.П.: ноги натянутые, руки находятся в свободном положении, ладони лежат на полу.  
**Упражнения для развития паховой выворотности:**  
 – «Бабочка»  
 - «Гармошка»  
 Комплекс упражнений лёжа на спине:  
**Упражнения на пресс:**  
 – поднятие ног  
 И.П.: ноги натянутые, поясница лежит на полу, руки вдоль корпуса.  
 Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – плавный, мелодичный, темп – умеренный.  
 Следить за натянутостью стоп, колен, как рабочей ноги, так и опорной, за ровностью спины. Помощь руками не желательна.  
 – «Велосипед»  
 И.П.: ноги на 90 градусов, стопы сокращены, руки вдоль корпуса.  
 Музыкальное сопровождение: размер – 2/4 или 4/4,

	<p>характер – чёткий, темп – быстрый. Ноги поочерёдно сгибаются в коленях, описывая, круг в воздухе.</p> <p><b>Упражнения для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника</b> – «Берёзка», «Коробочка».</p> <p>И.П.: ноги лежат на полу, стопы натянуты, руки вдоль корпуса.</p> <p>-Battement tandu (фиксировать правильное возвращение ноги в позицию);</p> <p>-Battement tandu jete ;исполняется в перед и в сторону лёжа на спине, а так же назад и в сторону лёжа на животе. - Battement tandu (фиксировать правильное возвращение ноги в позицию)</p> <p>-Devloppe (развивает шаг, силу бедра);исполняется в сторону лёжа на спине</p> <p>-Drand Battement jete (отрабатывать силу ноги в точке 95г).исполняется в перед и в сторону лёжа на спине, выполняется назад лёжа на животе, выполняется в сторону лёжа на боку.</p> <p><b>- Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.</b> <b>-Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра</b> (лягушка, поперечный шпагат).</p> <p><b>- Упражнения на улучшения подвижности коленных суставов.</b></p> <p><b>Упражнения для развития гибкости</b> – «Окошечко» И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – чёткий.</p> <p>– «Змейка» И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер – 2/4, характер – чёткий.</p> <p>Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса</p> <p>-маятник (исполняется у палки) – «Шпагат»</p>
--	--

### 7.Танцуем, играя

*Раздел включает в себя репетиционно-постановочную работу, подготовку законченных концертных номеров, что способствует повышению общей культуры ребенка. Изучение характерного танца, его особенностей, видов. Просмотр видео материала. Выбор для постановки наиболее понравившийся детям танец.*

	<p><b>Упражнения, игры и метр</b> Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер: Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки в« зоопарке».</p> <p><b>Упражнения, игры и фразировка.</b> «Воспроизведи стих», «Передай»,»Лентяи»</p> <p>Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4)</p> <p>Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4)</p>
--	---



	<p>Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4)</p> <p><b>Упражнения, игры и темп.</b> «Хлоп, кап», «Зеркало»</p> <p><u>Сохранение</u> темпа движения во время музыкальной паузы</p> <p>Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки</p> <p>Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением</p> <p>Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе</p> <p><b>Упражнения, игры и динамика.</b> «Музыкальная шкатулка», «Воображалки», «Отряд».</p> <p>Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением</p> <p>Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением</p> <p><b>Упражнения, игры и характер музыкального произведения.</b></p> <p>✓ Соотношение характеров музыки и движения</p>
--	---

**8 Постановочно-репетиционная работа**

*Танцы для детей дошкольного возраста не должны быть сложными, чтобы дети могли их быстро усвоить и протанцевать в свое удовольствие. Целесообразно на начальном этапе работы применять элементарные знания детей, делая для них небольшую постановочную работу на несложных танцевальных элементах. В этом возрасте не нужно уделять слишком большого внимания оттачиванию движений. Главное – чтобы был схвачен общий рисунок танца.*

<p>- Знакомство с сюжетом танца, рассказ и показ танцевальных комбинаций.</p> <p>- Порядок танцевальных комбинаций, положения рук в паре.</p> <p>- Правила перестроений, манера исполнения.</p>	<p>- Разучивание танцевальных комбинаций; положение рук в паре, работа над рисунком танца.</p> <p>- Общение в паре, равнение в линию, в колонку, красиво перестраиваться.</p> <p>- Натяжение стопы, динамичное исполнение, осанка при выполнении танцевальных шагов.</p> <p>- Разучивание танцевальных комбинаций, построение рисунков танца.</p> <p>- Отработка техники исполнения движений, танцевальных комбинаций.</p> <p><b>Постановка танцев.</b></p>
---	---

**9. Открытые мероприятия для родителей, концерты**

*Открытые занятия проводятся 2 раза в год – декабрь, май. По мере подготовки детей, они участвуют в концертах студии и в праздничных концертах.*

### 3. Формы контроля и оценочные материалы

*Диагностика развития музыкально - ритмических движений проводится в начале и в конце учебного года.*

**Цель:** определение уровня музыкально-ритмического развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

**Метод:** наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

#### **Уровни освоения программы детьми:**

##### **1-ый год обучения:**

**Низкий уровень.** Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа педагога. Проявляет минимальную творческую активность, пассивность, не уверен в себе.

**Средний уровень.** Ребенок владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнять движения на основе предварительного показа. Увлечен процессом, но не всегда обращает внимание на результат. Движения выполняет ритмично, но просит повторного показа.

**Высокий уровень.** Ребенок проявляет стойкий интерес к музыкально-ритмическим упражнениям, понимает структуру музыкального произведения. Накопленный двигательный опыт переносит на самостоятельную деятельность, делает попытки творческих импровизаций в движениях.

##### **2-ой год обучения:**

**Низкий уровень.** Ребенок активен только в некоторых видах музыкально-ритмической деятельности. Не всегда узнает знакомую музыку. Имеет слабые двигательные навыки. Плохо ориентируется в пространстве при исполнении танцев и перестроении. Не принимает активного участия в импровизации.

**Средний уровень.** Ребенок понимает средства музыкальной выразительности, умеет проанализировать музыку. Узнает интонацию того или иного музыкального произведения, но не уверен в своих знаниях. Затрудняется проявлять активность на праздниках, концертах. Иногда ошибается при выполнении танцевальных движений музыкально-ритмических композициях.

**Высокий уровень.** У ребенка развита культура слухового восприятия, музыкально эрудирован, высоко развиты двигательные навыки, умеет точно выполнять танцевальные движения в хореографических композициях. Хорошо ориентируется в пространстве. Способен творчески составить не сложные комбинации из знакомых упражнений.

### 4. Организационно-педагогические условия реализации программы.

*Для достижения цели и задач образовательной программы предусматривается использование следующих идей, методик, методов и приёмов:*

### **Игровой метод.**

Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает

задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся. При обучении детей движениям хорошо использовать игровые приемы, способствующие эмоциональнообразному уточнению представлений о характере движений, например: («Нужно прыгать, как зайчик»; «Побежим легко и тихо, как мышки»). Именно в игре легче всего корректировать поведение воспитанников. В одних случаях подбадривающее слово педагога вызовет положительные эмоции, в других — сдерживающее слово побуждает соотнести свое поведение с предъявляемыми требованиями.

**Метод показа.** Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте. Ребята сразу видят художественное воплощение образа, что будит воображение. В некоторых случаях, особенно в начале работы, руководитель может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

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

**Словесный метод.** Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи тесно связанной, с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой. Словесные объяснения должны быть краткими (недопустимо, чтобы педагог был излишне многословен), точны, образны и конкретны. В словесном методе очень важна и интонация, и то, с какой силой сказано слово. Но слишком часто прибегать к такому методу нецелесообразно.

**Музыкальное сопровождение** как методический прием. Рассчитывать на то, что ребята сами научатся чувствовать музыку, вряд ли возможно. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.

**Импровизационный метод.** На занятиях хореографией имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка. Но вначале педагог зачастую сталкивается с мышечной зажатостью малышей, стеснительностью. И только путем различных упражнений, этюдов, игр он может помочь детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность. При использовании импровизационного метода на занятии никакого предварительного прослушивания музыки не нужно. Ребята должны сами находить необходимые движения под непосредственным ее воздействием. Не рекомендуется подсказывать детям вид движения и отмечать (на первом этапе) более успевающих, ибо это приводит к слепому копированию. Не надо

мешать, вашим подопечным свободно импровизировать, но при этом нужно внимательно следить за тем, чтобы они не придумывали движения, не связанные с музыкой. Педагогу следует тактично направить внимание ребенка на подлинный характер музыки, на поиск собственных красок и оттенков в исполнении.

**Метод иллюстративной наглядности.** Занятие с дошкольниками вовсе не исчерпывается только задачами физической и музыкальной тренировки. Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами. Конечно, это не должно быть лишь пассивным созерцанием предложенного для просмотра материала. Необходимо выяснить, понятен ли он детям, понравился или нет и почему, а может быть, и помочь разобраться в увиденном.

**Концентрический метод** заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций, вновь возвращается к пройденному, но уже предлагает все более сложные упражнения и задания.

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

#### **Формы организации образовательного процесса:**

- практическое занятие;
- комбинированное занятие;
- игра, праздник, конкурс, фестиваль;
- репетиция;
- концерт, открытый урок.

#### **Формы организации деятельности воспитанников на занятии:**

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамблевая.

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

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

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

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

Занятия проводятся в хореографическом зале, оборудованном балетными станками и зеркалами. На полу – специальное покрытие для занятий танцами. Дети занимаются в репетиционной форме.

Важным условием для успешного усвоения программы является организация творческой атмосферы, что необходимо для возникновения отношений сотрудничества и взаимопонимания между педагогом и воспитанниками между собой.

### **Материально-технические условия реализации Программы.**

• танцевальный класс, оборудованный вентиляционной системой, зеркалами и станками;

- комната для переодевания;
- аудио- и видеоаппаратура;
- аудио- и видеоматериалы.
- Музыкальный центр
- Компьютер
- Мультимедийное оборудование аудио материалы с фонограммами
- DVD материалы с записями выступлений коллектива
- DVD и видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов

#### *Учебно-наглядные пособия*

- Игрушки
- Дидактические игры
- Детские музыкальные инструменты
- Презентации
- Костюмы
- Атрибутика к танцам иллюстрации с изображением животных, сказки, стихи, подборка музыкальных произведений
- Подборка упражнений и этюдов
- Видеофильмы
- Комплекс игр и заданий по разделам тем.
- Альбом с фотографиями выступлений, занятий, жизни творческого коллектив

### **Учебно-методическое и организационное обеспечение Программы**

#### **Литература для педагогов:**

1. Барабаш А.Н. Хореография для самых маленьких –СПб.: Белый ветер, 2002. — 108 с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996. – 256 с.

3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
4. Васильева Т. И. Балетная осанка. Метод. Пособие. – М.: Высшая школа изящных искусств Лтд., 1993. – 48с.
5. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
6. Бриске И. Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005. – 64 с.
7. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
8. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – С.-Пб.: Аллегро, 1993-71с.
9. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике –3-е изд., перераб. и доп. — М.: Музыка, 1972. — 53 с.
10. Макарова Е. П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993. – 32с
11. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.
12. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей : популярное пособие для родителей и педагогов /. – Ярославль : Академия развития, 1997. – 240 с.
13. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие –М.: Владос, 2001. – 256 с.
14. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. – 272 с.
15. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. – 352 с.
16. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес- Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007 – 384с.
17. Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. – 40 с.

### **Кадровое обеспечение Программы**

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования.

