

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
Управление образования Ленинского района  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 35

---

620105, г. Екатеринбург, ул. Краснолесья, 105, тел. (343)366-87-07  
E-mail: [dou35ek@mail.ru](mailto:dou35ek@mail.ru)

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
№1 от «25» 08.2022г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказ № 72-од  
от «25» 08.2022г  
заведующий МБДОУ  
детского сада № 35  
Н.В.Шушарина



Дополнительная общеобразовательная –  
общеразвивающая программа  
студии «Хореография»  
для воспитанников 3-7 лет  
срок реализации 3 года

Составитель программы:  
Белкина Анна Николаевна,  
инструктор по физической культуре  
I квалификационной категории

## СОДЕРЖАНИЕ

|    |   |    |
|----|---|----|
| 1. | Целевой раздел  |    |
|    | 1.1. Пояснительная записка  | 3  |
|    | 1.2. Цели и задачи реализации программы   | 5  |
|    | 1.3. Принципы, подходы и методы к формированию программы  | 6  |
|    | 1.4. Задачи программы по возрастным группам (в сравнении с базовой программой)  | 9  |
|    | 1.5. Особенности реализации программы   | 14 |
|    | 1.6. Возрастные особенности детей разного возраста  | 14 |
|    | 1.6. Планируемые результаты   | 15 |
| 2  | Содержательный раздел   |    |
|    | 2.1. Содержание программы   | 18 |
|    | 2.2. Учебный план   | 19 |
|    | 2.3. Календарный учебный график   | 19 |
|    | 2.4. Модуль «Ритмика и танец»<br>Дополнительная общеобразовательная программа-дополнительная общеразвивающая программа студии «Хореография»                   | 20 |
|    | 2.5. Модуль «Азбука классического танца»<br>Дополнительная общеобразовательная программа-дополнительная общеразвивающая программа студии «Хореография»        | 32 |
|    | 2.6. Модуль «Азбука народно-сценического танца»<br>Дополнительная общеобразовательная программа-дополнительная общеразвивающая программа студии «Хореография» | 35 |
|    | 2.7. Оценочные материалы  | 37 |
| 3  | Организационный раздел  |    |
|    | 3.1. Условия реализации программы   | 43 |
|    | 3.1.1. Организационно-педагогические условия  | 43 |
|    | 3.1.2. Кадровые условия реализации программы  | 44 |
|    | 3.1.3. Материально-технические условия  | 45 |
|    | 3.1.4. Дидактические условия  | 46 |
|    | 3.2. Методические материал  | 47 |
| 4  | Приложение  | 48 |

# 1. Целевой раздел

## 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивают физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Для организации педагогических условий реализации программы дополнительного образования «Хореография» необходимо наличие соответствующей материально-технической базы, специального образования у педагога, реализующего данную программу.

Дети дошкольного возраста отличаются большой подвижностью, неустойчивостью внимания, неумением долго сосредотачиваться на одном задании. Поэтому следует ограничиваться небольшим количеством самых необходимых подготовительных упражнений, имеющих цели: сохранение правильной осанки, ознакомление с основными положениями ног и рук, развитие первоначальных танцевальных навыков. Большое внимание уделяется ритмическим упражнениям, построенным на простых движениях, которые принимают игровую форму и развивают у детей навык согласовать свои движения с музыкой, помогают им освоиться в новой для них обстановке, научиться правильно вести себя в коллективе. В дошкольном возрасте закладываются основы, от которых в дальнейшем будет зависеть успех занятий хореографией. Дети должны усвоить правильную постановку корпуса, но при этом нужно обратить внимание на природные особенности сложения учеников: укрепить и развить мышечный аппарат (особенно поясницы, брюшного пресса, укрепление глубоких мышц спины, передних связок грудного отдела позвоночника); научиться дифференцировать работу различных групп мышц, владеть центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс, развить прыгучесть, чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки. Организационная работа ведётся на протяжении всего периода обучения: беседы с детьми о целях и задачах занятий по танцу, о правилах на занятиях по хореографии, о форме одежды для занятий.

Организация танцевальной части праздников в детском саду, районных и городских фестивалях, смотрах, конкурсах.

Программа разработана с учётом способностей детей, их индивидуальных и возрастных особенностей. У детей трех лет формируется способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым (хлопать, притопывать ногой, полуприседать, совершать повороты кистей рук), умение начинать движения с началом музыки и заканчивать с ее окончанием.

Дети четвертого года жизни учатся двигаться в соответствии с характером музыки. Улучшается качество исполнения танцевальных движений, появляется умение двигаться под музыку ритмично, согласно темпу и характеру музыкального произведения.

На пятом году формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети могут самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.

На шестом году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

Программа составлена на основе авторской программы Усовой О.В. «Театр танца для детей».

## 1.2. Цели и задачи реализации программы

**Цель:** Развитие танцевальных способностей детей средствами хореографии.

**Задачи:**

*Обучающие:* - Учить детей согласовывать музыку с движениями;

-Учить передавать образы через пластику (движения);

*Развивающие:* - Развитие координационных способностей, творческой инициативы;

-Развитие музыкальной и танцевальной памяти.

*Воспитывающие:* - Формирование нравственно-волевых качеств ребенка: настойчивости в достижении результата, выдержки, выносливости.

-Воспитание эстетического вкуса, культуры поведения во время занятий;

### 1.3. **Принципы, подходы и методы к формированию программы.**

Процесс обучения в программе в основном построен на реализацию дидактических принципов:

Принципы сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

Принцип доступности требует постановки перед воспитанниками задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности, осваиваемого материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности воспитанников, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

Принцип гуманности в воспитательной работе выражает: безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения.

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

#### **Методы и методические приемы обучения**

В программе применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

**Метод использования слова** — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

рассказ,

беседа,

обсуждение,

объяснение,

словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

**Методы наглядного восприятия** способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению воспитанниками программы обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

**Практические методы** основаны на активной деятельности самих воспитанников. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

**Метод целостного освоения** упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

**Ступенчатый метод** широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение

выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

**Игровой метод** используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества воспитанников между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого 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 ритмическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

Формами проверки освоения программного содержания служат открытые уроки для родителей, отчетные концерты и участие в районных мероприятиях.

Обучение предусматривается по трем модулям.



1.4. **Задачи программы по возрастным группам  
(в сравнении с базовой программой)**

**Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

| Задачи базовой программы (программа «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, М, 2012 г.)   | Задачи данной программы   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование умения двигаться в соответствии с двухчастной формой музыки и силой ее звучания.</li> <li>2. Реагировать на начало музыки и ее окончание.</li> <li>3. Развивать умение маршировать вместе со всеми и индивидуально, бегать легко в умеренном и быстром темпе под музыку</li> <li>4. Совершенствовать исполнение танцевальных движений: притопывать попеременно двумя ногами и одной ногой.</li> <li>5. Развивать умение кружиться в парах, выполнять прямой галоп, двигаясь под музыку ритмично и согласно темпу и характеру музыкального произведения, с предметами, игрушками и без них.</li> <li>6. Развивать навыки выразительной и эмоциональной передачи игровых сказочных образов.</li> </ol> | <p>Выполнять ходьбу и бег по кругу;</p> <p>Выполнять подготовительные упражнения и упражнения на середине зала;</p> <p>Реагировать на начало музыки и ее окончание.</p> <p>Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки..</p> <p>Передавать игровые образы.</p> <p>Выполнять элементы партерной гимнастики.</p> |

## Средняя группа (от 4 до 5 лет)

| Задачи базовой программы  | Задачи данной программы  |
|---|--|
| <p>1. Формировать у детей навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, самостоятельно менять движения в соответствии с двух- и трёхчастной формой музыки.</p> <p>2. Совершенствовать танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, кружение по одному и в парах.</p> <p>3. Обучать детей умению двигаться в парах по кругу в танцах и хороводах, ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши,</p> <p>4. Обучать детей выполнять простейшие перестроения (из круга в рассыпную и обратно), подскоки.</p> <p>5. Совершенствовать навыки основных движений (ходьба: «торжественная», «спокойная», «таинственная», «спокойная»; бег: лёгкий и стремительный).</p> | <p>1. Освоить упражнения для развития техники танца</p> <p>2. Выполнять самостоятельно (без показа, по словесной инструкции педагога)</p> <p>3. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.</p> <p>4. Отмечать в движении сильную долю такта, менять движение в соответствии с формой музыкального произведения.</p> <p>5. Слышать и передавать в движении ярко-выраженные ритмические акценты, различать малоконтрастные части музыки.</p> <p>6. Самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки.</p> <p>7. Менять движения со сменой частей музыкальных фраз.</p> <p>8. Выразительно, ритмично выполнять движения с предметами (ложки, ленты и др.), согласовывая их с характером музыки.</p> <p>9. Знакомить с особенностями национальных плясок (русские, татарские, чувашские, мордовские) и балльных танцев (полька, менуэт, вальс);</p> <p>10. Развивать танцевально-игровое творчество;</p> <p>11. Развивать творческую активность детей (выполнение творческих заданий).</p> <p>12. Выработать у детей красивую осанку, подтянутость, внутреннюю собранность.</p> <p>13. Учить детей импровизировать под музыку соответствующего характера, выразительно исполнять движения животных («Веселый козлик», «Неуклюжий пингвин» и др.).</p> <p>14. Стимулировать формирование танцевальных навыков и умений; психических процессов: мышления, воображения; фантазии и импровизации.</p> <p>15. Содействовать проявлению активности и самостоятельности.</p> <p>16. Воспитывать нравственно-волевые качества (настойчивость, выдержку), умение действовать в коллективе, дружеские взаимоотношения в играх, умение подчинять свои интересы интересам всего коллектива.</p> <p>17. Способствовать созданию устойчивого интереса к предмету.</p> |

## Старшая группа (от 5 до 6 лет)

| Задачи базовой программы  | Задачи данной программы   |
|---|---|
| <p>1.Развивать чувство ритма.</p> <p>2.Развивать умение передавать через движения характер музыки, ее эмоционально-образное содержание.</p> <p>3.Развивать умение свободно ориентироваться в пространстве, выполнять простейшие перестроения.</p> <p>4.Развивать умение самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.</p> <p>5.Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных движений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке;</li> <li>- приставной шаг с приседанием, с продвижением вперед;</li> <li>- кружение;</li> <li>- приседание с выставлением ноги вперед.</li> </ul> <p>6.Продолжать развивать навыки инсценирования песен, изображения образов сказочных животных и птиц (лошадка, коза, лиса, медведь, заяц, журавль, ворон и т.д.) в разных танцевально-игровых ситуациях.</p> <p>7.Познакомить с русским хороводом, пляской, а также с танцами других народов;</p> <p>8.Развивать представления об опорной и работающей ноге.</p> <p>9.Развивать представления о правильном положении корпуса, чтобы правильная осанка вошла в привычку.</p> | <p>1. Освоить упражнения для развития техники танца:</p> <p>2.Продолжать знакомить с особенностями национальных плясок и бальных танцев.</p> <p>3.Развивать эстетическое восприятие, интерес, любовь к танцевальной музыке, формировать музыкально-танцевальную культуру на основе знакомства с классической и современной танцевальной музыкой.</p> <p>4.Формировать, развивать и совершенствовать танцевально - игровое творчество.</p> <p>5.Учить придумывать движения к пляскам, танцам; импровизировать.</p> <p>6.Учить составлять композицию танца, проявляя оригинальность и самостоятельность в творчестве.</p> <p>7.Учить импровизировать движения разных персонажей под музыку соответствующего характера.</p> <p>8.Побуждать к инсценированию содержания хороводов.</p> <p>9. Совершенствовать навык «Поклон – приветствие», «Поклон – приглашение»;</p> <p>10. Воспитывать интернациональные чувства.</p> <p>11. Воспитывать нравственно-волевые качества.</p> <p>12. Воспитывать патриотические чувства.</p> |

## Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

| Задачи базовой программы  | Задачи данной программы   |
|---|---|
| <p>1. Способствовать дальнейшему развитию навыков танцевальных движений, умения выразительного и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, передавая в танце эмоционально-образное содержание.</p> <p>2. Знакомить с особенностями национальных плясок и балльных танцев.</p> <p>3. Развивать танцевально-игровое творчество.</p> <p>4. Формировать навыки художественного исполнения различных образов при инсценировании песен, танцев, театральных постановок.</p> <p>.</p> | <p>1. Освоить упражнения для развития техники танца:</p> <p>2. Совершенствовать навык «Поклон – приветствие», «Поклон – приглашение».</p> <p>3. Сохранять правильное положение корпуса при танцевальном движении.</p> <p>4. Танцевать индивидуально и коллективно.</p> <p>5. Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами; передавать несложный музыкальный ритмический рисунок; самостоятельно начинать движение после музыкального вступления; реагировать на темповые и динамические изменения в музыке; активно участвовать в выполнении творческих заданий.</p> <p>6. Выполнять танцевальные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шаг с притопом;</li> <li>- приставной шаг с приседанием;</li> <li>- пружинящий шаг;</li> <li>- боковой галоп;</li> <li>- переменный шаг;</li> <li>- тройные притопы;</li> <li>- присядки для мальчиков и т.п.</li> </ul> <p>7. Выразительно и ритмично исполнять танцы, движения с предметами (шарами, обручем, мячами, цветами, лентами, ложками).</p> <p>8. Инсценировать игровые песни, придумывать варианты образных движений в играх и хороводах.</p> <p>9. Знакомить с особенностями национального искусства (хореография, костюм).</p> <p>10. Учить, самостоятельно, придумывать движения, отражающие содержание песни, вариации элементов плясовых движений; выразительно действовать с воображаемыми предметами, самостоятельно искать способ передачи в движениях музыкальных образов.</p> <p>11. Учить детей импровизировать под музыку соответствующего характера движения людей (наездник, рыбак и т.п.), образы животных (сердитый мишка и т.д.);</p> |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>12. Стимулировать формирование музыкально-танцевальных способностей, мышления, фантазии, воображения;</p> <p>13. Содействовать проявлению активности и самостоятельности;</p> <p>14. Выработать у детей красивую осанку, подтянутость, внутреннюю собранность;</p> <p>15. Воспитывать нравственно-волевые качества (настойчивость, выдержку);</p> <p>16. Воспитывать умение действовать в коллективе, умение подчинять свои интересы интересам всего коллектива;</p> <p>17. Воспитывать нравственно-патриотические чувства, любовь и уважение к матери, женщине-труженице;</p> <p>18. Воспитывать интернациональные чувства, уважение к людям разных национальностей.</p> <p>29. Способствовать созданию устойчивого интереса к предмету, к предстоящей учебной деятельности в школе.</p> |
|--|--|

### **1.5. Особенности реализации программы**

Основная форма работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

### **1.6. Возрастные особенности детей разного возраста**

У детей трех лет формируется способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым (хлопать, притопывать ногой, полуприседать, совершать повороты кистей рук), умение начинать движения с началом музыки и заканчивать с ее окончанием.

Дети четвертого года жизни учатся двигаться в соответствии с характером музыки. Улучшается качество исполнения танцевальных движений, появляется умение двигаться под музыку ритмично, согласно темпу и характеру музыкального произведения.

На пятом году формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети могут самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.

На шестом году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы

высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

### 1.7. Планируемые результаты.

**К концу первого года обучения по данной программе дети должны:**

- Выполнять подготовительные упражнения;
- Выполняет упражнения для развития отдельных групп мышц;
- Выполнять упражнения на середине зала;
- Реагировать на начало музыки и ее окончание;
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки;
- Выполнять элементы партерной гимнастики;
- Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях.

**К концу второго года обучения по данной программе дети должны:**

- Выполнять подготовительные упражнения;
- Выполняет упражнения для развития отдельных групп мышц;
- Выполнять упражнения на середине зала;
- Реагировать на начало музыки и ее окончание;
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки;
- Сохранять интервалы в движении;
- Передавать игровые образы;
- Выполнять элементы партерной гимнастики;
- Знать, различать и узнавать музыкальные игры.
- Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях.

**К концу третьего года обучения по данной программе дети должны:**

- Выполнять подготовительные упражнения;
- Выполняет упражнения для развития отдельных групп мышц;
- Двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с

контрастным характером музыки.

- Реагировать на начало музыки и ее окончание.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.
- Уметь сохранять интервалы в движении.
- Координировать свои движения.
- Хорошо ориентироваться в пространстве.
- Выполнять танцевальные элементы.
- Знать, различать, и узнавать музыкальные и танцевальные игры
- Выполнять элементы партерной гимнастики.
- Передавать игровые образы различного характера.
- Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях.
- Знать определение классического танца, и отличие этого танца от других танцев.
- Владеть терминологией.
- Выполнять элементы классического танца.

**К концу четвертого года обучения по данной программе дети должны:**

- Выполнять подготовительные упражнения;
- Выполняет упражнения для развития отдельных групп мышц;
- Двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки.
- Реагировать на начало музыки и ее окончание.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.
- Уметь сохранять интервалы в движении.
- Координировать свои движения.
- Хорошо ориентироваться в пространстве.
- Выполнять танцевальные элементы.
- Знать, различать, и узнавать музыкальные и танцевальные игры
- Выполнять элементы партерной гимнастики.



- Передавать игровые образы различного характера.
- Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях.
- Знать определение классического танца, и отличие этого танца от других

танцев.

- Знать определение народно - сценического танца, и отличие этого танца от других танцев.

- Уметь на слух отличать классическую музыку
- Уметь на слух отличать народную музыку.
- Владеть терминологией.
- Выполнять элементы классического танца.
- Выполнять элементы народно-сценического танца.

## 2. Содержательный раздел

### 2.1. Содержание рабочей программы.

#### **Модуль 1:** Ритмика и танец

Вводное занятие,

поклон

Подготовительные упражнения

Упражнения для развития мышц

Упражнения на середине зала

Партерная гимнастика

Музыкальные и танцевальные

игры

Танцевальные элементы

Этюдная работа

Танцы

Открытые уроки

#### **Модуль 2:**

Азбука классического танца

Экзерсис на середине

Этюдная работа

Танцы

Открытый урок

#### **Модуль 3:**

Азбука народно-сценического

танца

Элементы

нар-сцен. танца

Этюдная работа

Танцы

## 2.2. Учебный план на четыре года обучения

| №  | Модули<br>(содержание)  | 3-4 года       |          | 4 - 5 года     |          | 5 – 6 лет      |          | 6 – 7 лет      |          |
|----|---|----------------|----------|----------------|----------|----------------|----------|----------------|----------|
|    |   | Кол - во часов |          | Кол – во часов |          | Кол – во часов |          | Кол – во часов |          |
|    |   | теория         | практика | теория         | практика | теория         | практика | теория         | практика |
|    | <b>Модуль 1:<br/>Ритмика и танец</b>                            |                |          |                |          |                |          |                |          |
| 1  | Вводное занятие,<br>поклон                                      | 1              | 7        | 1              | 6        | 1              | 4        | 1              | 4        |
| 2  | Подготовительные<br>упражнения                                  | 1              | 8        | 1              | 8        | 1              | 6        | 1              | 6        |
| 3  | Упражнения для<br>развития мышц                                 | 1              | 8        | 1              | 8        | 1              | 6        | 1              | 6        |
| 4  | Упражнения на<br>середине зала                                  | 1              | 8        | 1              | 8        | -              | -        | -              | -        |
| 5  | Партерная<br>гимнастика   | 1              | 8        | 1              | 9        | 1              | 8        | 1              | 7        |
| 6  | Музыкальные и<br>танцевальные<br>игры                           | 1              | 8        | 1              | 6        | 1              | 7        | 1              | 6        |
| 7  | Танцевальные<br>элементы  | -              | -        | -              | -        | 1              | 7        | 1              | 6        |
| 8  | Этюдная работа  | 1              | 7        | 1              | 8        | -              | -        | -              | -        |
| 9  | Танцы   | 1              | 7        | 1              | 8        | -              | -        | -              | -        |
| 10 | Открытые уроки  | 1              | 2        | 1              | 2        | -              | -        | -              | -        |
|    | <b>Модуль 2:<br/>Азбука<br/>классического<br/>танца</b>         |                |          |                |          |                |          |                |          |
| 1  | Экзерсис на<br>середине   | -              | -        | -              | -        | 1              | 8        | 1              | 6        |
| 2  | Этюдная работа  | -              | -        | -              | -        | 1              | 7        | -              | -        |
| 3  | Танцы   | -              | -        | -              | -        | 1              | 7        | -              | -        |
| 4  | Открытый урок   | -              | -        | -              | -        | 1              | 2        | -              | -        |
|    | <b>Модуль 3:<br/>Азбука народно-<br/>сценического<br/>танца</b> |                |          |                |          |                |          |                |          |
| 1  | Элементы<br>нар-сцен. танца                                     | -              | -        | -              | -        | -              | -        | 1              | 6        |
| 2  | Этюдная работа  | -              | -        | -              | -        | -              | -        | 1              | 6        |
| 3  | Танцы   | -              | -        | -              | -        | -              | -        | 1              | 6        |
| 4  | Открытые уроки  | -              | -        | -              | -        | -              | -        | 1              | 2        |
|    | итого   | 9              | 63       | 9              | 63       | 10             | 62       | 11             | 61       |
|    |   | 72             |          | 72             |          | 72             |          | 72             |          |

### 2.3. Календарный учебный график

| содержание   | Возрастные группы     |                       |                       |                       |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
|  | Вторая младшая        | средняя               | старшая               | подготовительная      |
| Количество групп   | 2                     | 3                     | 2                     | 2                     |
| Начало учебного года   | 1.09.2015             | 1.09.2015             | 1.09.2015             | 1.09.2015             |
| Окончание учебного года  | 29.05.2016            | 29.05.2016            | 29.05.2016            | 29.05.2016            |
| Период каникул   | 31.12.2015-09.01.2016 | 31.12.2015-09.01.2016 | 31.12.2015-09.01.2016 | 31.12.2015-09.01.2016 |
| Продолжительность учебного года  | 36 недель             | 36 недель             | 36 недель             | 36 недель             |
| 1 полугодие  | 17 недель             | 17 недель             | 17 недель             | 17 недель             |
| 2 полугодие  | 19 недель             | 19 недель             | 19 недель             | 19 недель             |
| Продолжительность учебной недели                                       | 2                     | 2                     | 2                     | 2                     |
| Количество занятий по хореографии                                      | 2                     | 2                     | 2                     | 2                     |
| Длительность занятия по хореографии                                    | 15 минут              | 20 минут              | 25 минут              | 30 минут              |
| Объем недельной дополнительной образовательной нагрузки по хореографии | 30 минут              | 40 минут              | 50 минут              | 60 минут              |

### 2.4. МОДУЛЬ 1: Ритмика и танец (1 год обучения)

#### 1. Вводное занятие. Поклон:

Организация групп, знакомство с детьми, беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца. Беседа по прослушанным музыкальным фрагментам. Знакомство детей с терминологией, объяснение упражнений.

**2. Подготовительные упражнения:** Набор физических упражнений в игровой форме для развития и укрепления опорно-двигательного аппарата, выработки мышечной силы и выносливости, создания эмоциональной психофизической атмосферы.

- Построение в круг;
- Бег на носочках;
- Ходьба на носках, пятках по кругу;
- Ходьба с высоко поднятыми коленями;
- «Мячик» - прыгают по 6-ой позиции, руки на поясе;
- «Канавка» - шаг вперед, переступили через канавку, шаг назад;
- Поворот вокруг себя.

### **3. Упражнения для развития отдельных групп мышц и различных частей тела**

- Постановка корпуса;
- Работа головы – поворот, наклон;
- Работа плеч – подъем и опускание, вращение вперед и назад;
- Работа кистей рук – сжимание;
- Корпус – наклоны вперед, назад боковые;
- Ноги – подъем на полупальцы;

### **4. Упражнения на середине зала:**

- Точное начало и окончание движения вместе с началом и окончанием музыкальной части.
- Движение в различных темпах (быстро, медленно).
- Передача хлопками простейшего ритмического рисунка (4/4,  $\frac{3}{4}$ , 2/4).
- Построение в линии по одному.
- Свободное размещение.

### **5. Партерная гимнастика:**

Дети садятся на коврики в шахматном порядке.

Сидя:

- Постановка корпуса;
- Работа стоп – натягивание, сокращение.
- «Лягушка» - расклад коленей в стороны.
- Работа ног: ноги вместе, ноги врозь.

Лежа на животе:

- «Птичка» - подъем плеч руки вдоль туловища (крылышки машут);
- Подготовительное упражнение к лодочке: вытянуть руки вперед, ноги назад с подъемом рук и ног;

Лежа на спине:

- Правильное положение лежа, плечи на полу, спина прижата к полу, руки в стороны ладонками в пол;
- Подъем ног на 90° подтянуть колени, выпрямить вместе и поочередно.

## 6. Музыкальные игры (Приложение №2)

### 7. Этюдная работа:

Работа над образами - «мишка», «заяц», «медведь», «лошадка».

### 8. Танцы:

«Неваляшка», «От улыбки», «Зима».

## К концу первого года обучения по

данному модулю дети должны:

- Выполнять подготовительные упражнения;
- Выполняет упражнения для развития отдельных групп мышц;
- Выполнять упражнения на середине зала;
- Реагировать на начало музыки и ее окончание.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки..
- Выполнять элементы партерной гимнастики.
- Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях.

### Учебный план

Первый год обучения для детей 3 - 4 лет  
(теоретические и практические занятия интегрированы)

|   | Тема содержания занятия                      | Кол - во часов |
|---|--|----------------|
|   | <b>Модуль 1: Ритмика и танец</b>             |                |
| 1 | Вводное занятие, поклон                      | 8              |
| 2 | Подготовительные упражнения                  | 9              |
| 3 | Упражнения для развития отдельных групп мышц | 9              |

|   |                                  |    |
|---|----------------------------------|----|
| 4 | Упражнения на середине зала      | 9  |
| 5 | Партерная гимнастика (стрейчинг) | 9  |
| 6 | Музыкальные и танцевальные игры  | 9  |
| 7 | Этюдная работа                   | 8  |
| 8 | Танцы                            | 8  |
| 9 | Открытые уроки                   | 3  |
|   | Итого                            | 72 |

## **МОДУЛЬ 1: Ритмика и танец (2 год обучения)**

### **1. Вводное занятие. Поклон:**

Организация групп, знакомство с детьми, беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца. Беседа по прослушанным музыкальным фрагментам. Знакомство детей с терминологией, объяснение упражнений.

**2. Подготовительные упражнения:** Набор физических упражнений в игровой форме для развития и укрепления опорно-двигательного аппарата, выработки мышечной силы и выносливости, создания эмоциональной психофизической атмосферы.

- Ходьба на носках, пятках по кругу;

- Бег на носках, бег с захлестом;

- Дети занимают все пространство зала и под веселую музыку, выполняют различные движения, придумывая и фантазируя под музыку.

- «Зайчик» и «Звезда» - прыгают по 6-ой позиции, по 2 позиции, руки сложены перед грудью.

- «Змейка» - ложатся на пол животом вниз и двигаются, изображая телодвижения змеи.

- «Бревно» - вытягивают руки и ноги, лежа на полу и перекачивая вокруг себя то в одну, то в другую сторону.

- «Лошадка» - подпрыгивают вверх, высоко поднимая колени. Руки-как бы держат вожжи.

- «Лягушка» - grand plie по первой позиции, пальцы рук раскрыты. Делают присядку не вставая.

- «Олень» - руки над головой скрещены, пальцы раскрыты. Исполняют бег с высоко поднятыми коленями.

### **3. Упражнения для развития отдельных групп мышц и различных частей тела**

-Постановка корпуса;

-Работа головы – поворот, наклон;

-Работа плеч – подъем и опускание, вращение вперед и назад;

-Работа кистей рук – сжимание, вращение;

-Корпус – наклоны вперед, назад боковые;

-Ноги – подъем на полупальцы;

-Упражнения на развитие мимики лица (удивление, огорчение, радость);

-Прыжки по 6-ой позиции.

### **4. Упражнения на середине зала:**

- Точное начало и окончание движения вместе с началом и окончанием музыкальной части.

- Движение в различных темпах (быстро, медленно).

- Передача хлопками простейшего ритмического рисунка (4/4,  $\frac{3}{4}$ , 2/4).

- Слышать и передавать в движении ярко выраженные ритмические акценты (громко, умеренно, тихо).

- Построение в линии по одному.

- Построение в круг, сужение и расширение круга.

- Свободное размещение.

### **5. Партерная гимнастика:**

Дети садятся на коврики в шахматном порядке.

Сидя:

- Постановка корпуса;

- Работа стоп – натягивание, сокращение.

- «Лягушка» - расклад коленей в стороны.

Лежа на животе:

- «Лодочка» - подъем рук и ног одновременно;



- «Кобра» - подъем спины на вытянутых руках;
- «Лягушка» - соединить носки согнутых ног с головой, руки вытянуты.

Лежа на спине:

- «Велосипед» вращение согнутых ног;
- Подъем ног на 90° вместе и поочередно.

## **6. Музыкальные игры (Приложение №2)**

Развивающие игры с мячом:

Дети встают в круг. От характера музыки зависит упражнение с мячом. Медленная – мяч медленно передают, наклоня корпус в сторону, быстрая – быстро передают мяч друг другу из рук в руки. Встают в затылок друг за другом. Передают мяч, наклоня корпус назад или вперед (ноги раскрыты в стороны).

## **7. Этюдная работа:**

Работа над образами – «лиса», «кукла», «бабочка».

## **8. Танцы:**

«Оранжевая песня», «Зимушка», «Гномики».

**К концу второго года обучения по данному модулю дети должны:**

- Выполнять подготовительные упражнения;
- Выполняет упражнения для развития отдельных групп мышц;
- Выполнять упражнения на середине зала;
- Реагировать на начало музыки и ее окончание.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.
- Сохранять интервалы в движении;
- Передавать игровые образы.
- Выполнять элементы партерной гимнастики.
- Знать, различать и узнавать музыкальные игры.
- Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях.

**Учебный план**  
 Второй год обучения для детей 4-5 лет  
 (теоретические и практические занятия интегрированы)

|   | Тема содержания занятия                      | Кол – во часы     |
|---|--|-------------------|
|   | <b>МОДУЛЬ 1: Ритмика и танец</b>             | Теория и практика |
| 1 | Вводное занятие<br>Поклон                    | 7                 |
| 2 | Подготовительные упражнения                  | 9                 |
| 3 | Упражнения для развития отдельных групп мышц | 9                 |
| 4 | Упражнения на середине зала                  | 9                 |
| 5 | Партерная гимнастика (стрейчинг)             | 10                |
| 6 | Музыкальные игры                             | 7                 |
| 7 | Этюдная работа                               | 9                 |
| 8 | Танцы  | 9                 |
| 9 | Открытый урок                                | 3                 |
|   | Итого  | 72                |

**МОДУЛЬ 1: Ритмика и танец (3 год обучения)**

**1. Вводное занятие. Поклон:**

Организация групп, знакомство с детьми, беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца. Беседа по прослушанным музыкальным фрагментам. Знакомство детей с терминологией, объяснение упражнений.

**2. Подготовительные упражнения:** Набор физических упражнений в игровой форме для развития и укрепления опорно двигательного аппарата, выработки мышечной силы и выносливости, создания эмоциональной психофизической атмосферы.

- Марш. Построение в шеренгу, колонну, круг.
- Перестроение из одной шеренги в две.
- Повороты на месте вправо, влево, кругом.
- Круг. Построение круга, маленького круга

**3. Упражнения для развития отдельных групп мышц и различных частей тела.** -Постановка корпуса;

- Работа головы – поворот, наклон;
- Работа плеч – подъем и опускание, вращение вперед и назад;
- Работа кистей рук – сжимание, вращение;
- Корпус – наклоны вперед, боковые;
- Ноги – подъем на полупальцы, «перекаты» с полупальцев на пятки, приседания по 6-й позиции с разворотом корпуса;
- Выпады – вправо, влево с разными руками;
- Упражнения на развитие мимики лица ( удивление, огорчение, радость);
- Прыжки по 6-й позиции. Раскрыть ноги в стороны и соединить.

#### **4. Партерная гимнастика (стрейчинг):**

- «Перекаты» - сидя обнять колени перекатываться на спину;
- «Качалка» - лежа на животе, выпрямить руки и ноги, раскачиваться;
- «Книжечка» - наклоны к ногам в закрытом и раскрыто положении;
- «Кошечка добрая»- стоя на коленях прогибание спины;
- «Кобра»- лежа на животе, ноги вместе лежат на полу, поднять верхнюю часть корпуса.

Упражнения для ног:

- «Гусеница»;
- «Солнышко».

Упражнения для стоп:

- Работа стоп – натягивание, сокращение;
- Разведение и сведение пяточек;
- «Бабочка» - сидя, стопы вместе, колени положить на пол.

#### **5. Музыкальные и танцевальные игры (Приложение № 2)**

#### **6. Танцевальные элементы:**

1.Различные виды шагов.

- Шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с подъемом колена. М.Р. 2/4.
- Приставной шаг и разновидности: из стороны в сторону, с продвижением вперед, с притопом, с приседанием.

2.Различные виды бега.

- Легкий бег на полупальцах.
- Бег с откидыванием прямых ног вперед и назад.

3. Различные виды ходьбы, бега и прыжков исполняются в сочетании друг с другом и с другими движениями.

**К концу третьего года обучения по данному модулю дети должны:**

- Выполнять подготовительные упражнения;
- Выполняет упражнения для развития отдельных групп мышц;
- Двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки.
- Реагировать на начало музыки и ее окончание.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.
- Уметь сохранять интервалы в движении.
- Координировать свои движения.
- Ориентироваться в пространстве.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки..
- Выполнять танцевальные элементы.
- Знать, различать, и узнавать музыкальные и танцевальные игры
- Передавать игровые образы различного характера.
- Выполнять элементы партерной гимнастики.
- Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях.

### **Учебный план**

Третий год обучения для детей 5-6 лет  
(теоретические и практические занятия интегрированы)

|   | Тема содержания занятия                      | Кол – во часы     |
|---|--|-------------------|
|   | <b>МОДУЛЬ 1: Ритмика и танец</b>             | Теория и практика |
| 1 | Вводное занятие<br>Поклон                    | 5                 |
| 2 | Подготовительные упражнения                  | 7                 |
| 3 | Упражнения для развития отдельных групп мышц | 7                 |
| 4 | Партерная гимнастика (стрейчинг)             | 9                 |

|   |                                   |    |
|---|-----------------------------------|----|
| 5 | Музыкальные и танцевальные игры   | 8  |
| 6 | Танцевальные элементы (диагональ) | 8  |
|   | итого                             | 44 |

## **МОДУЛЬ 1: Ритмика и танец (4 год обучения)**

### **1. Вводное занятие. Поклон:**

Организация групп, знакомство с детьми, беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца. Беседа по прослушанным музыкальным фрагментам. Знакомство детей с терминологией, объяснение упражнений.

### **2. Подготовительные упражнения.**

- Один ребенок стоит, другой обегает его опираясь на руки и ноги (меняются местами).
- Один ребенок встает, отставив ноги в стороны. Второй проползает под ногами и встает перед партнером. То же делает другой.
- Прыжки через «кочку», раскрыв ноги в стороны, «кочка группируется на полу.»
- «Кто сильнее?» - дети встают лицом друг к другу и давят с силой на ладони друг друга.
- «Дразнилки» - игра. Дети садятся друг против друга и корчат смешные рожицы.
- «Повторялки» - один придумывает движение, другой повторяет (меняются).

### **3. Упражнения для развития отдельных групп мышц и различных частей тела:**

- Совмещение двух центров: работа головы и работа ног;
- Работа плеч – подъем и опускание, вращение вперед и назад;
- Работа кистей рук – сжимание, вращение;
- Корпус – наклоны вперед, назад боковые;
- Выпады – вправо, влево с разными руками;
- Прыжки по 6-й и по 2-й позиции;
- Прыжки с скрещиванием ног.

### **4. Партерная гимнастика (стрейчинг):**

- «Разложка»
- «Ежик» - лежа, обнять колени перекачиваться на спину;
- «Качалка» - лежа на животе, выпрямить руки и ноги, раскачиваться;
- «Корзинка» - лежа на животе, взять руками ноги, прогнуться в спине и поднять корпус и ноги.
- «Книжечка» - наклоны к ногам в закрытом и раскрыто положении;
- «Кошечка добрая и злая»;
- «Кобра»;
- «Скорпион»;
- «Черепашка» - сидя на коленях, наклониться, руки положить за спину.

Упражнения для ног: - «Барабанщик»;

- «Гусеница»;
- «Солнышко».

Упражнения для стоп: - Работа стоп – натягивание, сокращение;

- Разведение и сведение пяточек;
- «Бабочка»;
- «Неваляшка».

## **5. Музыкальные и танцевальные игры (Приложение № 2)**

### **6. Танцевальные элементы:**

#### 1.Различные виды шагов.

- Шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с подъемом колена. М.Р. 2/4.
- Приставной шаг и разновидности: из стороны в сторону, с продвижением вперед, с притопом, с приседанием.
- Простой танцевальный шаг. Шаг с подскоком. М.Р. 2/4.

#### 2.Различные виды бега.

- Легкий бег на полупальцах.
- Бег с откидыванием прямых ног вперед и назад.
- Бег с высоким подниманием коленей.
- Галоп.

#### 3.Различные виды прыжков. Амплитуда прыжка.

- Прыжки в образе «Воробей», «Мяч», «Лягушка», «Заяц».
  - Прыжки на месте, в повороте, в продвижении.
4. Различные виды ходьбы, бега и прыжков исполняются в сочетании друг с другом и с другими движениями.

**К концу четвертого года обучения по данному модулю дети должны:**

- Выполнять подготовительные упражнения;
- Выполняет упражнения для развития отдельных групп мышц;
- Двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки.
- Реагировать на начало музыки и ее окончание.
- Координировать свои движения.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки..
- Ориентироваться в пространстве.
- Уметь сохранять интервалы в движении.
- Выполнять танцевальные элементы.
- Знать, различать, и узнавать музыкальные и танцевальные игры
- Передавать игровые образы различного характера.
- Выполнять элементы партерной гимнастики.
- Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях

**Учебный план**

Четвертый год обучения для детей 6-7 лет  
(теоретические и практические занятия интегрированы)

| № | Тема содержания занятия          | Кол – во часы     |
|---|----------------------------------|-------------------|
|   | <b>МОДУЛЬ 1: Ритмика и танец</b> | Теория и практика |
| 1 | Вводное занятие                  | 5                 |

|   |  |    |
|---|--|----|
|   | Поклон                                       |    |
| 2 | Подготовительные упражнения                  | 7  |
| 3 | Упражнения для развития отдельных групп мышц | 7  |
| 4 | Партерная гимнастика (стрейчинг)             | 8  |
| 5 | Музыкальные и танцевальные игры              | 7  |
| 6 | Танцевальные элементы (диагональ)            | 7  |
|   | итого  | 41 |

## **2.5. Модуль 2 «Азбука классического танца»**

### **МОДУЛЬ 2: Азбука классического танца: (1 год обучения)**

#### **1. Экзерсис на середине (упражнения на середине зала):**

- Позиции ног: I,II (полувыворотные).

- Позиции рук: Подготовительное положение, I,III,II позиции, переводы рук из позиции в позицию.

#### **2. Этюдная работа:**

- «Маленький ангел» - плавные движения руками, изображающие. Движения руками из подготовительной позиции, с переводом на первую, третью, открыть на вторую и вернуться в подготовительную позицию. Повороты в правую и левую сторону. Муз.оформление – Литванчук «Я маленький ангел».

- «Буратино» - используются движения руками, шаги, бег, подскоки. М.О. – «Буратино».

#### **3. Танцы:**

«Том и Джери», «Шалунишки», «Про лето», «Снегурочка», «Четыре черненьких чумазеньких чертенка».

#### **К концу третьего года обучения по данному модулю дети должны:**

- Знать определение классического танца, и отличие этого танца от других



танцев.

- Владеть терминологией;
- Выполнять элементы классического танца.
- Реагировать на начало музыки и ее окончание.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.

Учебный план  
Первый год обучения для детей 5-6 лет  
(теоретические и практические занятия интегрированы)

|   | Тема содержания занятия                     | Кол – во часов |
|---|---|----------------|
|   | <b>МОДУЛЬ 2: Азбука классического танца</b> |                |
| 1 | Экзерсис на середине                        | 9              |
| 2 | Этюдная работа                              | 8              |
| 3 | Танцы                                       | 8              |
| 4 | Открытый урок                               | 3              |
|   | итого                                       | 28             |

**МОДУЛЬ 2: Азбука классического танца (2 год обучения)**

**1. Экзерсис на середине (упражнения на середине зала):**

- Позиции ног: I, II, III (полувыворотные).
- Позиции рук: Подготовительное положение, I, III, II позиции, переводы рук из позиции в позицию.
- Деми – плие по I, II позициям.

**К концу четвертого года обучения по данному модулю дети должны:**

- Знать определение классического танца, и отличие этого танца от других танцев.
- Уметь на слух отличать классическую музыку.
- Владеть терминологией.
- Выполнять элементы классического танца.
- Реагировать на начало музыки и ее окончание.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки

### Учебный план

Второй год обучения для детей 6-7 лет

(теоретические и практические занятия интегрированы)

| № | Тема содержания занятия                     | Кол – во часы |
|---|---|---------------|
|   | <b>МОДУЛЬ 2: Азбука классического танца</b> |               |
| 1 | Экзерсис на середине                        | 7             |
|   | итого                                       | 7             |

## **2.6. Модуль 3 : «Азбука народно-сценического танца»**

### **МОДУЛЬ 3: Азбука народно-сценического танца**

#### **1. Элементы народно-сценического танца:**

- Раскрывание рук вперёд - в сторону из положения на поясе, в характере русского танца, в сторону - вверх в характере украинского танца.

- Движения плеч и корпуса, подъём плеч в различном темпе и характере, поочерёдное выведение плеча вперёд, назад, в сторону.

- Вытягивание ноги, с переводом носка на каблук ( вперёд, в сторону) в сочетании с полуприседанием.

#### **2. Этюдная работа:**

1.Этюды, развивающие творческую активность детей. Предлагается детям самим придумывать сюжеты, фантазировать, подбирая им понятные образы.

2.Массовые танцы создаются на основе изученных танцевальных элементов. Они просты, не требуют особого проучивания, темы понятны и интересны детям.

– «Плясовая ». Основные движения: топающий шаг, вынос ноги на пятку с одновременным

приседанием, удары в ладоши, повороты в парах. М.О. – русская народная песня «Валенки».

«Круговой галоп» - исполняется в парах лицом друг к другу. Основные движения: галоп, хлопки, притопы. М.О. – «Галоп» Дунаевского.

3.Упражнения-этюды придумываются в игровой форме, отталкиваясь от образа и характера мелодии. Исполняются по одному ребенку и в парах лицом друг к другу.

#### **3.Танцы:**

«Хорошее настроение», «Моя мама», «Дорога к солнцу», «Новогодние игрушки», «В коробке с карандашами»

**К концу четвертого года обучения по данному модулю дети должны:**

- Знать определение народно - сценического танца, и отличие этого танца от других танцев.
- Уметь на слух отличать народную музыку.
- Владеть терминологией.
- Выполнять элементы народно-сценического танца.
- Реагировать на начало музыки и ее окончание.
- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.

### **Учебный план**

Четвертый год обучения для детей 6-7 лет  
(теоретические и практические занятия интегрированы)

| № | Тема содержания занятия                            | Кол – во в часах |
|---|--|------------------|
|   | <b>МОДУЛЬ 3: Азбука народно-сценического танца</b> |                  |
| 1 | Элементы народно-сценического танца                | 7                |
| 2 | Этюдная работа                                     | 7                |
| 3 | Танцы  | 7                |
| 4 | Открытый урок                                      | 3                |
|   | итого  | 72               |

## **2.7. Оценочные материалы**

По завершению четырехлетнего обучения по данной программе дети должны владеть следующими знаниями, навыками и умениями:

- Знать правила поведения на занятиях: наличие формы, приходить во время, не разговаривать, внимательно слушать педагога и запоминать информацию, приветствие – поклон.
- Владеть терминологией - уметь правильно называть модули и их содержание.

### **Модулю 1. Ритмика и танец**

Знать и уметь выполнять:

1. подготовительные упражнения, направленные на подготовку и разогрев основных групп мышц, а также на создание благоприятного психологического климата: (различные виды ходьбы, упражнения в игровой форме и в парах, упражнения на ориентацию в пространстве);
2. Упражнения для развития отдельных групп мышц, направленные на работу отдельных центров, и при соединении этих центров, на развитие координации: центры (голова, плечи, руки, грудная клетка, пелвис, ноги);
3. Упражнения на середине зала:
4. Двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки.
5. Реагировать на начало музыки и ее окончание.
6. Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.
7. Уметь сохранять интервалы в движении
8. Координировать свои движения.

9. Ориентироваться в пространстве

10. Элементы партерной гимнастики, направленные на проработку и укрепление различных групп мышц, мышечного корсета, формирование опорно – двигательного аппарата, улучшение эластичности мышц и связок (работа стоп, ног барабанщик, гусеница, солнышко; разложка, ежик, корзинка, качалка, книжечка, кошечка, кобра, скорпион, черепашка, бабочка, неволяшка);

11. Музыкальные и танцевальные игры;

12. Танцевальные элементы (диагональ): различные виды шагов, бега, прыжков, сочетание ходьбы, бега и прыжков в сочетании друг с другом и с другими видами движений;

13. Передавать игровые образы различного характера: «мишка», «заяц», «медведь», «лошадь».

14. Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях.

### **Модуль 2. Азбука классического танца**

1. Знать определение классического танца, и отличие этого танца от других танцев.

2. Уметь на слух отличать классическую музыку.

3. Владеть терминологией

4. Уметь выполнять элементы классического танца.

5. Реагировать на начало музыки и ее окончание.

6. Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.

### **Модуль 3. Азбука народно – сценического танца**

1. Знать определение народно - сценического танца, и отличие этого танца от

других танцев.

2. Уметь на слух отличать народную музыку.

3. Владеть терминологией.

4. Уметь выполнять элементы народно – сценического танца

5. Реагировать на начало музыки и ее окончание.

6. Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.

### **Метод отслеживания результативности программы**

Формой подведения итогов реализации данной дополнительной образовательной программы является диагностическая карта.

Результаты заносятся в карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка на каждом году обучения.

«+» - показатель заполняется;

«-» - показатель не заполняется

**Критерии показателей:**

**Высокий уровень – 3 балла;**

**Средний уровень – 2 балла;**

**Низкий уровень — 1 балл.**

**Высокий уровень:** Ребенок знает, умеет и показывает выученные упражнения, называет жанры музыкальных произведений, умеет выполнять знакомые движения, правильно выполняет перестроения на площадке. Правильно

определяет характер музыки, темп, ритм, умеет передавать игровой образ.

**Средний уровень:** Ребенок определяет темп, ритм, характер музыки, знает, но допускает ошибки при определении жанров музыки, умеет передать игровой образ, выполняет несложные движения при участии взрослого.

**Низкий уровень:** Ребенок допускает ошибки при выполнении движений, не знает и не умеет определить темп, ритм, характер музыки, не выполняет самостоятельно движения, не умеет передавать игровой образ, не умеет перестраиваться на площадке.

| Определение уровня освоения воспитанниками данной рабочей программы |  |                              |                             |                             |                                |
|---|--|------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| Диагностическая карта   |  |                              |                             |                             |                                |
| Ф.И. ребенка  |  |                              |                             |                             |                                |
| №   | Планируемые результаты освоения программы  | Первый год обучения 3-4 года | Второй год обучения 4-5 лет | Третий год обучения 5-6 лет | Четвертый год обучения 6-7 лет |
| <b>Модуль 1. Ритмика и танец</b>                                    |  |                              |                             |                             |                                |
| 1   | Выполняет подготовительные упражнения (см.утп)   | +                            | +                           | +                           | +                              |
| 2   | Выполняет упражнения для развития отдельных групп мышц (см.утп)                            | +                            | +                           | +                           | +                              |
| 3   | Выполняет упражнения на середине зала (см.утп)   | +                            | +                           | -                           | -                              |
| 4   | Двигается и исполняет различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки. | -                            | -                           | +                           | +                              |
| 5   | Реагирует на начало музыки и ее окончание.   | +                            | +                           | +                           | +                              |
| 6   | Исполняет движения в соответствии с темпом и ритмом музыки                                 | +                            | +                           | +                           | +                              |
| 7   | Умеет сохранять интервалы в движении   | -                            | +                           | +                           | +                              |



|  |  |   |   |   |   |
|--|--|---|---|---|---|
| 8  | Умеет координировать движения  | - | - | + | + |
| 9  | Умеет хорошо ориентироваться в пространстве                                    | - | - | + | + |
| 10   | Выполняет элементы партерной гимнастики (см.утп)                               | + | + | + | + |
| 11   | Знает, различает и узнает музыкальные и танцевальные игры (см.приложение)      | - | + | + | + |
| 12   | Выполняет танцевальные элементы (см.утп)                                       | - | - | + | + |
| 13   | Передает игровые образы различного характера (см.утп)                          | - | + | + | + |
| 14   | Принимает активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях               | + | + | + | + |
| <b>Модуль 2. Азбука классического танца</b>          |  |   |   |   |   |
| 1  | Знает определение классического танца, и отличие этого танца от других танцев. | - | - | + | + |
| 2  | Умеет на слух отличать классическую музыку.                                    | - | - | - | + |
| 3  | Владеет терминологией.   | - | - | + | + |
| 4  | Выполняет элементы классического танца. (см.утп)                               | - | - | + | + |
| 5  | Реагирует на начало музыки и ее окончание.                                     | - | - | + | + |
| 6  | Исполняет движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.                    | - | - | + | + |
| <b>Модуль 3. Азбука народно – сценического танца</b> |  |   |   |   |   |
| 1  | Знает определение народно - сценического танца, и отличие этого                | - | - | - | + |

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
|   | танца от др<br>угих танцев.                                 |   |   |   |   |
| 2 | Умеет на слух отличать народную музыку.                     | - | - | - | + |
| 3 | Владеет терминологией.                                      | - |   |   | + |
| 4 | Выполняет элементы народно-сценического танца. (см. утп)    | - | - | - | + |
| 5 | Реагирует на начало музыки и ее окончание.                  | - | - | - | + |
| 6 | Исполняет движения в соответствии с темпом и ритмом музыки. | - | - | - | + |

### **3. Организационный раздел**

#### **3.1. Условия реализации программы**

##### **3.1.1. Организационно-педагогические условия.**

Программа дополнительного образования «Хореография» осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого детским садом самостоятельно в соответствии с нормативными документами и регламентируется расписанием занятий.

Максимальная допустимая учебная нагрузка в неделю:

- для детей 5-го года жизни - не чаще 2 раз в неделю продолжительностью не более 20 минут;
- для детей 6-го года жизни - не чаще 2 раз в неделю продолжительностью не более 25 минут;
- для детей 7-го года жизни - не чаще 3 раз в неделю продолжительностью не более 30 минут.

Начало занятий по программе начинается с 1 сентября, окончание учебного года 29 мая. Продолжительность учебного года составляет 36 недель, в 1 полугодии – 17 недель, во 2 полугодии – 17 недель, каникулы с 31.12.15г. по 09.01.16 г.

Ритмика проводится согласно календарному учебному плану, во второй половине дня, после дневного сна.

Продолжительность обучения составляет 3 года

### 3.1.2. Кадровые условия реализации программы

Кадровое обеспечение программы дополнительного образования «Хореография» строится на основе социального заказа системы педагогического образования и соответствует требованиям к подготовке нового поколения педагогов, способных к инновационной профессиональной деятельности, обладающих высоким уровнем методологической культуры.

Содержание программы дополнительного образования осуществляет педагог с высшим педагогическим образованием (или прошедший профессиональную переподготовку в области дошкольного образования), с курсовой подготовкой в области ритмики или хореографии.

Основные компетенции педагога, реализующего программу дополнительного образования «Хореография»:

- осуществлять личностно-деятельностный подход к организации обучения;
- выстраивать индивидуальные траектории развития ребенка на основе планируемых результатов освоения программы;
- разрабатывать и эффективно применять образовательные технологии, позволяющие достигать нужный результат;
- иметь современные представления о ребенке как о субъекте образовательной деятельности и уметь проектировать соответствующую модель его деятельности в зависимости от возрастных особенностей и специфики программы;
- эффективно использовать имеющиеся в детском саду условия и ресурсы, собственный методический потенциал для реализации задач программы, а именно:
  - достижения планируемых результатов освоения программы;
  - эффективного использования здоровьесберегающих технологий;
  - индивидуальной оценки образовательных достижений и затруднений каждого воспитанника;

- собственного профессионально-личностного развития и саморазвития.

### **3.1.3. Материально-технические условия**

В музыкальном зале, где дети будут осваивать содержание программы дополнительного образования «Хореография», созданы все условия для образовательного процесса:

- имеется учебно-методический комплекс, включающий наглядные пособия и дидактический материал;

- специальная музыкальная литература.

Техническое обеспечение:

- помещение для занятий;

- музыкальный центр;

- диски и ауди кассеты с записями репертуара;

- реквизиты к танцевальным постановкам (музыкальные ложки, ленты гимнастические, палки гимнастические, мячи, обручи, маты спортивные).

Формами проверки освоения программного содержания служат открытые уроки для родителей, отчетные концерты и участие в районных мероприятиях.

Обучение предусматривается по трем модулям.

Оборудование: - фонограммы музыкальных композиций, музыкальный центр.

Программа рассчитана на четыре года обучения. На первом году обучения детей в возрасте от 3 – 4 лет длительность занятия составляет 15 минут, на втором году обучения детей в возрасте от 4 – 5 лет - 20 минут, на третьем году обучения детей в возрасте от 5 – 6 лет длительность занятия составляет 25 минут, на четвертом году обучения детей в возрасте 6 – 7 лет занятия составляет 30 минут. Хореография проводится 2 раза в неделю, во второй половине дня, в период с 18.00 часов. до 19.00 часов.

### 3.1.4. Дидактические условия

#### 1. Методический материал:

- \* учебно-методическая литература;
- \* система методических разработок по проведению занятий по классическим и народным танцам;

#### 2. Учебно-наглядные пособия:

- \* видеотека классических, народных, сюжетных и игровых танцев;

#### 3. Музыкальный материал:

- \* нотный материал для занятий дошкольных групп;
- \* аудиотека разнохарактерной музыки для сопровождения занятий по классическому и народному танцу.

#### 4. Спортивный инвентарь:

коврики;  
мячи, ленты, обручи, гимнастические палки, маты спортивные;  
музыкальные ложки.

#### 5. Костюмы:

тренировочный костюм для занятий, тренировочная обувь;  
концертные костюмы.

#### 6. Оборудованное помещение для хранения концертных костюмов.

### 3.2. Методические материалы

1. Барабаш Л.Н. Хореография для самых маленьких. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2002 – 108с.
2. 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 - 220 с.
3. Буренина А.И. «Коммуникативные танцы –игры для детей», учебное пособие, Музыкальная палитра. Санкт-Петербург, 2004 г.
4. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. – М.: «Гном и Д», 2004-144с. Коммуникативные танцы-игры для детей. Учебное пособие. Музыкальная палитра. Санкт-Петербург, 2004, 35 с.
5. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и игры для детей. Учебно-вспомогательное пособие, Ассоциация авторов и издателей «Тандем», Москва, 1997 г.
6. Ирванцова О.В. Очарование движением. – Мозарь: ООО ИД «Белый Ветер», 2007 – 75с.
7. Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду». Методическое пособие, УЦ «Перспектива», Москва, 2012 г., 103 с.
8. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально – игровая гимнастика для детей. – Спб.: «ДЕТСТВО», 2010 – 352с.
9. Методика преподавания хореографических дисциплин. Учебно- методическое пособие. Кировский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, 2010 г.
10. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учебное пособие.- СП.: «Музыкальная палитра», 2004-44с.
11. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей». Учебное пособие. Выпуск 2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. Пособие. – Выпуск 4. – СПб., 5005 – 44с.
12. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. Пособие. – Выпуск 5 – «Музыкальное приложение».
13. Суворова Т. И. , Фоломеева Н.М. Сборник «Танцевальная ритмика для детей». Выпуск 6. (электронный вариант)

## Музыкальный репертуар

Классические музыка:

Н.Римский – Корсаков. Хороводные песни из оперы «Садко»

В.Моцарт. Начало симфонии

Ф.Шуберт. Вальс

П.И.Чайковский. Лебединое озеро

Л.Бетховен. Экосез

Р.Глиэр. Вальс

Н.Ладухин. Маленькая пьеса

М.Красев. Танец снежинок

М.Глинка. Краковяк из оперы «Иван Сусанин»

П.И. Чайковский. Песенка без слов.

Л.Бетховен. Контрданс.

Ф.Шуберт. Марш

Ф.Госсек. Гавот.

Б.Барток. Детская пьеса.

Э.Григ. Свадебный день

Л.Бетховен. Шесть контрдансов.

Дунаевский. Галоп

Детские песни:

Шоу группа «Улыбка» - Мы в поезде, Три пингвина, Веселая мышка, Том и Джери, Волшебная страна.

Е. и С. Железновы – У жирафа пятна, пятна. Танцующий зоопарк, Гимнастика с мамой.

Детская студия «Дельфин» - Гномики

Группа «Волшебники двора» – Бибика, Папа, Хорошее настроение, Джамбо, Дорога к солнцу, Песня про лето.

Группа «Барбарики» - Что такое доброта, Друзья, Разукрасим все планеты, Шалунишки



Сборник детских песен:

Неваляшка, Кузнечик, Буратино, От улыбки, Вместе весело шагать, Песенка поросенка Фунтика, Все на свете можешь ты, Кручу педали, Фиксики, Часики, Кукляндия, Гимн Незнайки, Усатый нянь, Оранжевая песня, В каждом маленьком ребенке, Топ – топ, В коробке с карандашами, Четыре шага, Большой хоровод, Ничего на свете лучше нету, Солнечные зайчики, Облака, Дождя не боимся, Чудо, 33 коровы, Маленькая страна, Настоящий друг, Веселое словечко, Белые кораблики, Желтые ботинки, 5 зеленых лягушат, Лучше папы друга нет, Моя Мама, Маленький Ангел, Жил да был брадобрей, Дуэт короля и принцессы.

Снежинки, Дед мороз, Расскажи снегурочка, Морозный денек, Белые снежинки, Зимушка хрустальная, Про зиму, Новогодние игрушки, Елочка лесной аромат, Снегом белым, Что такое Новый год. Потолок ледяной.

## Танцевальные и музыкальные игры

### 1. Достраивание фигур

Дети разбиваются на две команды. Каждой команде предлагается построить свою собственную композицию-фигуру следующим образом: один человек выходит из линии и принимает какую-нибудь красивую, по его мнению, позу. (Предложите ему закрыть глазки и принять то положение тела, которое диктует ему сиюминутное настроение, музыка и вдохновение). Следующий в линии подходит к нему и пытается «достроить» композицию, приняв какое-то дополняющее положение рядом с первым человеком. Он может касаться первого, может стоять близко или далеко в стороне от него, главное, чтобы они создали общую композицию, заполняющую пространство.

Затем к ним «подстраивается» третий человек, четвертый и так далее – до самого последнего участника. В итоге у каждой команды должна получиться красивая многоруко-многоногая фигура.

Команды могут играть как одновременно, так и по очереди, наблюдая за успехами друг друга с позиции зрителей.

### 2. Сад

Каждому ребенку предлагается свое собственное задание — станцевать какое-то животное, растение или часть пейзажа. Для создания некоторых образов (скажем, ручья или облака) детки могут объединяться по несколько человек.

Несколько примеров: Пчела, ромашка, яблоня, розовый куст, лилия, кузнечик, кролик, котенок, солнце, ручеек, вишня, куст сирени, воробей, ласточка, тучка и т.д.

После этого танца предложить детям усложнить задание – станцевать всем вместе один общий Сад. Для этого нужно объяснить им, что такое общий, групповой танец, что общая картина сильно зависит от стараний каждого.

Потом происходит постепенное встраивание образов в общую картину танца.

То есть, начинает танцевать одна группа людей, скажем, деревья. Затем к ним подстраиваются животные, цветы... И так – до последнего участника.

### 3. Танец природы

Все детки разбиваются на пары и тройки (при желании — группы побольше), а затем под одну и ту же музыку группы готовят каждая свой танец на общую тему. (к примеру – танец восхода Солнца, морской прибой, облака, звезды, огонь, фонтан).

### 4. Ручеек

Детки берутся за руки, а затем все, кроме первого в линии закрывают глаза. Задача каждого человека в линии — повторить и передать следующему движения первого. Если первый поднимает руку, то и второй должен поднять руку, передавая движение третьему. Так – до самого последнего человека в линии. В итоге должен получиться настоящий ручеек из движений.

Затем можно будет начать передавать движения с шагами и передвижением всего ручейка. После нескольких заданных движений первый человек меняется, уходя в конец линии, а ведущим становится следующий за ним.

### 5. «Птица в клетке»

Все дети берутся за руки и образуют круг — «клетку». Кто-то один остается в центре. Он становится Птицей, попавшей в клетку. Ему нужно станцевать свой танец так, чтобы клетка его выпустила. Круг детей может подыгрывать Птице, поднимая и опуская руки, открывая иногда выход. Задача клетки – не помешать Птице вырваться, а наоборот, помочь. Но и танец должен быть достоин Свободы!

### 7. Зеркало

Детки разбиваются на пары и садятся друг напротив друга. Один из них под музыку медленно начинает задавать движения. Другой становится «зеркалом», и его задача – точно отражать все движения задающего. Он должен настолько отрешиться от себя и почувствовать себя отражением, чтобы со стороны нельзя было различить – кто задает движения, а кто их повторяет. Затем дети меняются ролями.

## 8. Кто такой я?

Ведущий игру предварительно готовит для всех ряд карточек с простыми понятиями. (К примеру: сказка, море, волк, Баба Яга, книга, звездочка, лиса, лебедь, гном и т.д.)

Дети садятся по кругу. Ведущий дает кому-то из них карточку так, чтобы другие не могли подсмотреть. Ребенок выходит в круг. Его задача – станцевать заданный ему образ. Объясните детям, что для этого нужно сильно-сильно перевоплотиться в свой образ и танцевать его как бы «изнутри».

Дав ребенку минуту или две для танца, другие дети могут начать угадывать – кем он был. Когда образ будет угадан, первый человек уступает место следующему по кругу.

## 9. Распутать веревочку

Дети становятся в круг, берутся за руки и начинают запутываться. Они могут закручиваться, переступать ногами через руки и ноги друг друга, присаживаться, ложиться, поднимать друг друга на руки и так далее. В результате получается совершенно не распутываемый клубок детей.

Ведущий включает музыку и задает участникам скорость или темп для распутывания. Он говорит: «Теперь Вы должны распутаться со скоростью морской волны» или «Как тропический кактус». Задача детей – танцуя и избегая «негармоничных», выпадающих из заданной ритмики движений, распутать свою веревочку.

## 10. Сказка о Родничке

Каждому ребенку выдается карточка с ролью (одного из действующих персонажей сказки) а также время на подготовку своего танца. После этого все дети садятся в одной части зала, а другая становится залом. Ведущий игру начинает читать сказку, вызывая к танцу тех детей, чьи роли появляется в действии. Таким образом получается общая сказка в танцах.

Пример сказки:

«Как-то рано утром вышло СОЛНЫШКО и осветило ПУСТЫНЮ. В этой пустыне росло много-много ЦВЕТОВ, КАКТУСОВ И ПАЛЬМ. Там жила-была

БАБОЧКА. Ей было очень жарко и все время хотелось пить. Тогда бабочка отправилась на поиски воды. В это время по небу летела ТУЧКА. И бабочка попросила ее, чтобы пошел дождик. Тучка согласилась и много-много КАПЕЛЕК полетело на землю...

Но вдруг подул ВЕТЕР! Он сдул дождик дальше, и бабочка не смогла напиться. А впереди показалась ЗМЕЯ! Бабочка спросила ее — куда лететь и змея указала ей путь. Через время бабочка увидела настоящие зеленые ДЕРЕВЬЯ и КУСТЫ! А среди них тек звонкий и молоденький РУЧЕЕК.

Бабочка напилась и все закончилось хорошо!

Карточки: Солнышко, Пустыня, Цветок, Кактус, Пальма, Бабочка, Тучка, несколько Капелек, Ветер, Змея, Дерево, Кустик, Ручеек.

#### 11. Танец-сценка

Все играющие делятся на пары, после чего каждой паре выдается карточка с образами для каждого из них. Дети распределяют роли и придумывают маленькую сценку-танец, где их персонажи встречаются и разыгрывают какой-то сюжет. После этого подготовленные танцы показываются перед всеми.

Карточки: Человек и Дракон, Тараканы, Радостный слон и бабочка, Птичка и кот, Два зайца играют, Спрут и рыбка, Пингвин и чайка, Паучок и хищный цветок, Пень и молодой расточек, Щенок и опытный пес, Лебеди, Лань и свинка, Петух и курица, Муха и корова, Лошадь и овца,

#### 12. Волшебная страна

Из числа играющих выбирается 2-3 человека, которые скрываются за дверью — они не должны видеть начало танца. Остальные выбирают еще 2-3, которые начинают танцевать импровизированный танец под какую-то музыку. В какой-то момент им командуют «замри». Дети застывают в тех позах, в каких их застала команда. Музыка меняется (если была быстрая — можно поставить медленную и наоборот). Приглашаются те, кто ожидал за дверью. Они должны занять места танцевавших, стать в их позы и дотанцевать танец под новую музыку так, как они это видят и чувствуют.

#### 13. Сказочные герои

Эту игру можно играть даже с самыми маленькими детьми. Они разбиваются на пары, после чего каждый ребенок жребием вытягивает для себя карточку с именем какого-то известного сказочного персонажа. Задача пары – подготовить и затем станцевать перед всеми танец встречи этих героев, даже если они из разных сказок.

Карточки для примера: Красная шапочка, серый волк, охотник, Золушка, Лиса, Белоснежка, Гном, Кощей Бессмертный, Мышонок, Царевна лягушка, Дюймовочка, Старик Хоттабыч, Колобок, Незнайка, Ромашка, Елена Прекрасная, Чиполино, Муха Цокотуха, Старичок-паучок, Маугли, Пантера Багира, Алиса, Буратино, Мальвина, Пьеро, пудель Артемон, Карабас-Барабас, Жар-Птица, Конек-Горбунок, Винни Пух, Пятачок.

### **Игры, направленные на расслабление, снятие напряжения**

#### **1. «Снеговик»**

(с трех лет)

Дети превращаются в снеговиков: встают, разводят руки в стороны, надувают щеки и в течении 10 секунд удерживают заданную позу.

Педагог говорит: «А теперь выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговика, и он начал таять». Играющие постепенно расслабляются, опускают руки, приседают на корточки и ложатся на пол.

#### **2. «Буратино»**

(с четырех лет)

Педагог говорит текст и выполняет движения вместе с ребенком:

1. Представьте, что вы превратились в куклу Буратино.

2. Встаньте прямо и замрите в позе куклы. Все тело стало твердым, как Буратино.

3. Напрягите плечи, руки, пальцы, представьте, что они деревянные.

4. Напрягите ноги и колени, пройдитесь так, словно тело стало деревянным.

5. Напрягите лицо и шею. Наморщите лоб, сожмите челюсти.

А теперь из кукол превращаемся в людей, расслабляемся и размякаем.

#### **3. «Злые – добрые кошки»**

(с трех лет)

По очереди превращаемся то в злых, то в добрых кошек. Злые кошки шипят и царапаются (только понарошку), добрые кошки ласкаются и мурчат.

### **Игры и упражнения для формирования и развития чувства ритма**

#### **1. «АПЛОДИСМЕНТЫ»**

Одна из самых простых музыкальных игр – на запоминание прохлопанного ритма.

Возможны несколько участников и ведущий. Первый из участников придумывает простейший ритм и прохлопывает его в ладоши. Следующий должен точно, без ошибки его повторить и придумать следующий ритм, который передается таким же образом дальше. И так по кругу.

Ритмы можно постепенно усложнять. Если кто-то не может повторить прохлопанный ритм с первого раза, ведущий должен попросить придумавшего этот ритм повторить его столько раз, сколько потребуется для отгадывания. В этом есть определенная сложность для того, кто предлагает, задает пример – он не должен забывать и путаться при повторе, то есть первоначальный ритмический отрывок должен быть сложным ровно настолько, насколько сам «автор» может точно его запомнить и воспроизвести.

#### **2. «МЫ ПОТОПАЕМ НЕМНОЖКО»**

Дети стоят в шеренге. Педагог демонстрирует детям движения: топает правой ногой, топает левой ногой, а потом делает три шага на месте. После этого движения ногами выполняются детьми одновременно с педагогом. И, наконец, дети показывают эти движения самостоятельно (по памяти).

#### **3. «НАЙДИ СВОЕ МЕСТО»**

Дети стоят на своих местах, в линиях. Исходное положение: I поз. ног, руки на поясе. Под музыку дети образуют круг и двигаются заданным движением (подскоки, галопы, прыжки по VI поз. ход на полупальцах, пятках, и т.п.), когда музыка заканчивается, учащиеся должны как можно быстрее найти своё место и встать в исходную позицию. Игра продолжается 4-5 раз.

#### 4. «МОЛОТОЧКИ»

Дети стоят в шеренге или полукругом, лицом к педагогу. Сначала дети смотрят предлагаемое им задание, затем повторяют его вместе с педагогом и, наконец, выполняют ритмическое задание самостоятельно. На первую четверть совершается удар правым кулаком по левому с высоким поднятием вверх правой руки – «Тук», на вторую четверть движения и звукоподражание повторяется. На три, следующих за ними, восьмых дети три раза подряд быстро стучат правым кулачком по левому и произносят «Тук-тук-тук». Упражнение повторяется еще раз, но удары производятся уже не правым кулаком по левому, а наоборот.

#### **Игры для развития плечевых суставов, координации**

##### «МЕЛЬНИЦА»

Под музыку, исполняемой в замедленном темпе, дети, стоящие перед педагогом, начинают не спеша вращать перед собой по кругу по кругу поочередно то левую руку, то правую, изображая мельничное крыло.

Можно усложнить выполнение, задав более быстрый темп.

#### **Игры для развития опорно-двигательного аппарата**

##### МУЗЫКАЛЬНАЯ ИГРА «ЧАСЫ»

Дети стоят лицом к педагогу. Под музыку, исполняемую в медленном темпе, дети изображают, как идут часы: не спеша совершают легкие наклоны то влево, то вправо, при этом руки скользят вдоль туловища. Постепенно темп упражнения должен увеличиваться.

##### «ЗАМРИ!»

Ребята исполняют некий пластический этюд на заданную тему. При слове «Замри!» они застывают в тех позах, в каких их застал этот возглас. В данном случае пластический этюд переходит из динамической формы в статическую, то есть дает детям представление, развивает координацию движений.

ритмически ему соответствующим.



### «ДЕРЕВЯННЫЕ И ТРЯПИЧНЫЕ КУКЛЫ»

При изображении деревянных кукол напрягаются мышцы ног, корпуса, опущенных вдоль корпуса рук. Делаются резкие повороты всего тела вправо и влево, сохраняется неподвижность шеи, рук, плеч, ступни крепко и неподвижно стоят на полу.

Подражая тряпичным куклам, необходимо снять излишнее напряжение в плечах и корпусе; руки висят пассивно.

В этом положении нужно короткими толчками поворачивать тело то вправо, то влево; при этом руки взлетают и обвивают вокруг корпуса, голова поворачивается, ноги также поворачиваются, хотя ступни остаются на месте. Движения исполняются по несколько раз подряд.

### «ЦВЕТОЧЕК»

Потянуться вверх, напрягая до кончиков пальцев весь корпус («цветочек встречает солнышко»). Затем последовательно уронить кисти («спряталось солнышко, голова цветочка поникла»), согнуть руки в локтях («стебелек сломался»), и, освободив от напряжения мышцы спины, шеи и плеч, позволить корпусу, голове и рукам пассивно упасть вперед, слегка согнув колени («завял цветочек»).

### **Задания на танцевальную импровизацию и пластику.**

#### **Этюд «Выразительная пластика».**

Добрый котенок, злая кошка, цирковая лошадка, усталая лошадка. Веселые барабанщики, бедный шарманщик. Крадущийся шаг. Оправдай позу, зеркало, обезьянка.

Движения руками в разные стороны, мягкие, жесткие.

Шаги в образах Чебурашки, солдатиков, кукол, циркачей.

#### **Этюд «Осень»**

Падают и кружатся осенние листья.

#### **Этюд «Зима»**

Массовая импровизация. Выразить настроение, связанное с зимой, через образы снежинки и снеговика, елочки, Снегурочки и Деда Мороза.

#### **Этюд «Новый год»**

Импровизация новогоднего карнавала масок, выбирая для себя любимых героев из книг и кинофильмов.

#### **Этюд «Весна»**

Выразить настроение, связанное с весной, через образы птиц, ручейка, подснежника.

#### **Этюд «Лето».**

Импровизация на создание летнего настроения через образы бабочки, стрекозы, полета пчелы, цветка, колосющихся колосьев ржи, образа солнца, ветерка, тучки.

#### **Этюд «Пламя»**

Выразить движениями рук и тела зарождающееся пламя из искорок и превращающееся в бушующее, а затем постепенно угасающее.

#### **Этюд «Спортсмены»**

Изобразить движениями различные виды спорта (пловцы, гимнасты, конькобежцы).

#### **Этюд «За кулисами цирка»**

Задание: показать труд циркового артиста, наездника, эквилибриста на проволоке, жонглера, дрессировщика, клоуна.

Задание на импровизацию у станка.

Импровизация комбинаций из простейших упражнений классического экзерсиса у станка. Музыкальный размер 2/4. Темп медленный. Батман тандю с переменой направления и разным количеством раз 8, 4, 2.

#### **«Фокусник»**

Превратить цветок в бабочку, большую птицу в маленькую птичку, волка в лису, лису в зайца. Осенние листья в журавлей. Ветер в иней-узор на окне.

#### **«Пластический этюд»**

Сочетание мягких и острых движений, параллельных – спокойных и беспокойных движений.

### ***Этюд «Птица»***

Изобразить птицу в свободном полете, чайка, коршун.

### ***«Мой танец»***

Исполнить свободную импровизацию на классическую, народную или современную музыку.

### ***«Строгий фотограф»***

#### ***1-ый вариант.***

Водящий («фотограф») выставляет свои «модели» в определенные позы и ненадолго уходит или отворачивается спиной. Играющие меняют свои позы.

Задание «фотографа» вернуть первоначальные позы своим «моделям».

#### ***2-ой вариант.***

### ***«Групповая фотография»***

«Фотограф» готовит групповую фотографию. Дети поставлены в определенном порядке. Когда все готово к съемке, звонок телефона отвлекает «фотографа». В это время играющие дети меняются местами. Задание «фотографа» восстановить порядок.

### **Музыкально-ритмические игры.**

#### ***«Ритм-загадка»***

Без музыкального оформления. Руководитель легкими хлопками задает ритмический рисунок в муз. размере  $2\frac{3}{4}$ ,  $4\frac{4}{4}$ . Ученики отвечают движениями: переступания, притопы, шаги, вальсовые движения, па польки.

#### ***«Вопрос-ответ»***

Играющие делятся на две команды. Педагог делит танец на движения по 8 счетов и просит одну команду танцевать первые 8 движений («вопрос»), вторую - продолжать следующие 8 движений («ответ»). Во время исполнений одной командой, вторая стоит, и наоборот. Во время этой игры можно закрепить любой разучиваемый танец, научиться слушать музыкальные фразы.

### ***Игра-танец «Бесконечный»***

Музыка польки или галопа. Дети встают по кругу парами, лицом друг к другу. Одна пара берется за руки «лодочкой», а остальные, не держась за руки, встают на расстоянии 1-2 шагов друг от друга так, чтобы получился бесконечный коридор по кругу. Танец начинается с того, что пара, держащаяся за руки, начинает двигаться галопом, проходя внутри коридора, образованного другими парами. Остальные дети в это время хлопают в ладоши. Как только первая пара прошла мимо второй, вторая пара берется за руки и движется вслед за первой и т. д. Каждая пара должна пройти целый круг и вернуться на место. Вернувшись на место, нужно обязательно разойтись друг от друга, чтобы остальные пары могли свободно пройти внутри коридора.

### ***«Учительница»***

Под любую ритмичную музыку «учительница» показывает разные танцевальные движения. Остальные повторяют за ней. Лучший исполнитель занимает место учителя. Желательно, чтобы в роли «учительницы» побывали все дети.

### ***«Сделай этак, сделай так»***

Играющие становятся в круг, выполняя под музыку различные движения. Педагог в это время говорит следующие слова: «Сделай этак!» и показывает какое-либо танцевальное движение. Играющие дети повторяют это движение за ним. Но, если педагог, сделав следующее движение, говорит: «Сделай так!», повторять за ним это движение уже нельзя.

### **Целевые ориентиры:**

По завершению трехлетнего обучения по данной программе дети должны владеть следующими знаниями, навыками и умениями:

- Знать правила поведения на занятиях: наличие формы, приходить вовремя, не разговаривать, внимательно слушать педагога и запоминать информацию, приветствие – поклон.
- Владеть терминологией - уметь правильно называть модули и их содержание.

## **по модулю 1. Ритмика и танец**

Знать и уметь выполнять:

1. подготовительные упражнения, направленные на подготовку и разогрев основных групп мышц, а также на создание благоприятного психологического климата: (различные виды ходьбы, упражнения в игровой форме и в парах, упражнения на ориентацию в пространстве);

2. Упражнения для развития отдельных групп мышц, направленные на работу отдельных центров, и при соединении этих центров, на развитие координации: центры (голова, плечи, руки, грудная клетка, пелвис, ноги);

3. Упражнения на середине зала:

- Двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки.

- Реагировать на начало музыки и ее окончание.

- Исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.

- Уметь сохранять интервалы в движении

4. Элементы партерной гимнастики, направленные на проработку и укрепление различных групп мышц, мышечного корсета, формирование опорно – двигательного аппарата, улучшение эластичности мышц и связок (работа стоп, ног барабанщик, гусеница, солнышко; разложка, ежик, корзинка, качалка, книжечка, кошечка, кобра, скорпион, черепашка, бабочка, неваляшка);

5. Музыкальные и танцевальные игры;

6. Танцевальные элементы (диагональ): различные виды шагов, бега, прыжков, сочетание ходьбы, бега и прыжков в сочетании друг с другом и с другими видами движений;

7. Передавать игровые образы различного характера: «мишка», «заяц», «медведь», «лошадь».

8. Принимать активное участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях.

## **По модулю 2. Азбука классического танца**

1. Знать определение классического танца, и отличие этого танца от других танцев.
2. Уметь на слух отличать классическую музыку.
3. Владеть терминологией и уметь выполнять:

- Позиции ног: I, II, III
- Позиции рук: Подготовительное положение, I, III, II позиции, переводы рук из позиции в позицию (Port de bras)
- Деми – плие по I, II позициям.

## **По модулю 3. Азбука народно – сценического танца**

1. Знать определение народно - сценического танца, и отличие этого танца от других танцев.
2. Уметь на слух отличать народную музыку.
3. Владеть терминологией и уметь выполнят следующие движения:
  - Раскрывание рук вперёд - в сторону из положения на поясе, в характере русского танца, в сторону - вверх в характере украинского танца.
  - Движения плеч и корпуса, подъём плеч в различном темпе и характере, поочерёдное выведение плеча вперёд, назад, в сторону.
  - Вытягивание ноги, с переводом носка на каблук (вперёд, в сторону) в сочетании с полуприседанием.