

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №179»

Принято  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от «27» 08 2020г.



Утверждено  
Заведующий МДОУ «Детский сад №179»  
Л.В.Клочкова  
Приказ № 02-03/84-10  
от «28» 08 2020г.

Художественно-эстетическая направленность

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ПО РИТМОПЛАСТИКЕ «ФАНТАЗИЯ»**

Возраст обучающихся: 5-7 лет  
Срок реализации: 2 года

Составитель:  
Петрова Н.В., педагог  
дополнительного образования

г. Ярославль, 2020

## Содержание

<b>Пояснительная записка</b> .....	3
<b>1. Учебно-тематический план</b> .....	7
1.1. Первый год обучения – дети 4-5 лет.....	7
1.2. Второй год обучения - дети 5-6 лет.....	8
1.3. Третий год обучения - дети 6-7 лет.....	9
<b>2. Календарный график</b> .....	11
<b>3. Содержание программы</b> .....	12
3.1. Первый год обучения –дети 4-5 лет.....	12
3.2. Второй год обучения дети 5-6 лет.....	16
3.3. Третий год обучения - дети 6-7 лет.....	20
<b>4. Диагностический инструментарий</b> .....	26
<b>5. Методическое обеспечение программы</b> .....	30
<b>6. Список используемой литературы</b> .....	33

## Пояснительная записка

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности и т.д., в зависимости от того, в каком учреждении, в каких условиях и зачем ведется данная работа. На наш взгляд важно, чтобы педагог осознавал приоритетные цели и задачи в своей деятельности, понимал, в чем выражается основной эффект развития.

### **Программа составлена на основании нормативно-правовых документов:**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012г №27Э-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
3. Постановлением Главного государственного врача РФ от 15.05. 2013г №26 «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДОО».

**Основная направленность** программы, которая, на наш взгляд, является универсальной, — психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.

Другими словами, данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

Хотим подчеркнуть еще одну особенность данной системы, включающей всевозможные телодвижения (из области гимнастики, хореографии, пантомимы, ритмики и др.), доступные детям дошкольного возраста. В энциклопедии "Балет" ритмическая пластика характеризуется как "свободное движение, не подчиненное законам классического танца, с использованием и совмещением танцевальных и жизненных положений тела танцовщика". Там же указывается, что современный ритмический танец является "результатом взаимодействия ритмического танца, порожденного системой Э.Жака Далькроза, и пластического танца А. Дункан. В нем органично соединились два противоположных принципа: полная подчиненность внутренним закономерностям музыкальной формы, диктующей ритмическую организацию движений, и свобода пластической разработки, которая не связана с какой — либо танцевальной традицией"

**Направленность** дополнительной образовательной программы: **художественно - эстетическая.**

Данная программа направлена на развитие у воспитанников МДОУ на развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

**Новизна программы** танцевальной студии «Фантазия» заключается в следующем: программа имеет интегрированный характер и основана на модульной технологии обучения, которая позволяет по мере необходимости варьировать образовательный процесс, конкретизировать и структурировать ее содержание, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. А также предоставляет возможность для развития творческих способностей обучающихся. В образовательном процессе программы используются инновационные технологии: групповой деятельности, личностно-ориентированные на игровые технологии.

**Актуальность** предлагаемой образовательной программы заключается в художественно-эстетическом развитии обучающихся, приобщении их к классической, народной и эстрадной музыке, раскрытии в детях разносторонних способностей.

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена тем, что занятия танцам развивают художественные способности детей, формируют эстетический вкус, улучшают

физическое развитие и эмоциональное состояние детей.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в том, что она обеспечивает общее гармоническое, психологическое, духовное и физическое развитие ребенка; формирование разнообразных умений, способностей и знаний в области танца; воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

**Цель программы** - изучить основы классического, народного и эстрадного танца, способствовать развитию творческих начал и духовной культуры личности посредством хореографического искусства.

Для реализации поставленной цели необходимо решать следующие **задачи**:

**Образовательные:**

- изучение элементов классического, народного, бального, современного танцев;
- формирование музыкально-ритмических навыков (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
- обучение правильному дыханию (дыхательные упражнения);
- изучение упражнений для развития тела и укрепления здоровья (улучшение физических данных, формирование осанки).

**Развивающие:**

-совершенствование психомоторных способностей детей (развитие ловкости, точности, силовых и координационных способностей; развитие равновесия, силы, укрепление мышечного аппарата);

- развитие мелкой моторики;
- развитие памяти, внимания, воображения;
- развитие музыкальных способностей (развитие чувства ритма, умение слушать музыку).

**Воспитательные:**

- воспитание у детей интереса к танцевальному искусству;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, танцев и игр, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
- воспитание, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

**Отличительной особенностью** программы является комплексность подхода при реализации задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

— развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);

— формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

— формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;

— формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

**Форма организации** учебно-воспитательного процесса: групповая.

Данная программа предусматривает дифференцированный подход к обучению, учёт индивидуальных психофизиологических особенностей воспитанников. Использование традиционных и современных приёмов обучения позволяет заложить основы для формирования основных компонентов учебной деятельности: умение видеть цель и действовать согласно с ней, умение контролировать и оценивать свои действия. Репертуар для воспитанников подбирается педагогом с учетом возрастных, психологических особенностей ребенка, и их танцевальных данных.

**Возраст детей**, участвующих в реализации данной образовательной программы, от 4 до 7 лет.

**Срок реализации программы – 3 года.**

**Режим работы:**

Первый год обучения –1 раз в неделю по 1 часу (1 час - 20 мин.)

Второй год обучения –1 раз в неделю по 1 часу (1 час -25 мин.)

Третий год обучения –1 раз в неделю по 1 часу (1 час -30 мин.)

Занятия в танцевальной студии проводятся с сентября по май

32 часа в год.

Занятия проводятся один раз в неделю с оптимальным количеством детей 6 – 12 человек.

**Занятие состоит из трех частей:**

1. Вводная - в нее входит поклон, маршировка, разминка.(3-5 минут)

2. Основная - она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций).(15-20минут)

3. Заключительная – музыкальные игры, вспомогательные и корригирующие упражнения, поклон. (5 минут)

**Ожидаемые результаты**

В результате реализации данной образовательной программы дети должны знать:

-виды танцев (классический, народный, бальный); танцевальную терминологию (поклон – книксен, реверанс, позиции ног и рук классического танца и т.д.);

-музыкальные жанры (песня, танец, марш). назначения отдельных упражнений танцевально - ритмической гимнастики. взаимосвязь движения, ритма и музыки;

-название основных музыкально-ритмических движений и их элементов; правила гигиены тела, тренировочной одежды; правила сценического поведения.

Дети должны уметь:

-овладеть правилами поведения в музыкальном зале, умением ориентироваться в нем, выполнять простейшие построения и перестроения и комплексы упражнений под музыку;

-освоить определенный запас общеразвивающих и танцевальных упражнений;

-красиво, выразительно и ритмично двигаться в различных танцевальных темпах, передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок и выражать характер танцевального персонажа под музыку (веселый, грустный, лирический, героический и др.);

- импровизировать на любую тему под различное музыкальное сопровождение;

-дети без подсказки должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации;

-понимать и различать музыкальные размеры и ритмы; определять и использовать основные рисунки, направления в движении;

-исполнять этюды, танцевальные композиции и танцы; исполнять упражнения партерного экзерсиса;

-красиво и правильно исполнять двигательные элементы; быстро и чётко реагировать на замечания педагога; координировать движения.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится **контроль**.

**Виды контроля:**

фронтальный

взаимоконтроль

самоконтроль

индивидуальный

**Формы контроля:**

собеседование с детьми и родителями - постоянно

анкетирование детей и родителей – 1раза в год

открытые занятия

участие в праздниках по группам

участие в массовых мероприятиях  
участие в концертной деятельности

**Формы подведения итогов реализации программы:** концертная деятельность, участие в конкурсах, фестивалях, смотрах.

**Программа предусматривает два этапа обучения:**

1 этап – начальный;

2 этап – расширенный;

**Начальный (1 этап – 4-5 лет)**

На этом этапе ребенок получает первоначальные знания о хореографии, первоначальные знания и умения исполнять движения, у него формируется творческий опыт работы с музыкой, закладывается фундамент для самостоятельной творческой деятельности.

Главным результатом обучения являются: укрепление в каждом ребенке веры в себя, свои возможности познавать и преобразовывать мир; развитие у детей чувства красоты, радости от выступлений перед своими близкими, друзьями и другими людьми.

**Расширенный (2 этап – 5-7 лет)**

На этом этапе происходит развитие потребности в творческой деятельности, закрепление и расширение знаний, полученных на первом этапе, через сочинение и выполнение танцевальных комбинаций, продолжается совершенствование умений и навыков в исполнении движений. Этап способствует освоению большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру; формирует у детей познавательные мотивы учения, так как они видят конечный результат своей деятельности, который вызывает желание совершенствовать умения.

**1. Учебно-тематический план**  
**1.1. Первый год обучения – дети 4-5 лет**

Наименование тем		Общее количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
<b>Сентябрь</b>	Диагностика Вводное занятие Техника безопасности	2	1	1
<b>Октябрь</b>	- Работа над правильной стойкой; - Маршировка, перестроения; - Музыкально-ритмические упражнения, композиции «Хоровод», «Горошинки».	4	1	3
<b>Ноябрь</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Кузнечик», «Весёлые ножки».	4	1	3.
<b>Декабрь</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Если весело живётся»	4	1	3
<b>Январь</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Песня Мурёнки», «Полечка».	4	1	3
<b>Февраль</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Танец утят», «Крылья».	4	1	3
<b>Март</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Мы пойдём с начало вправо...», «Змея».	4	1	3.
<b>Апрель</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Добрый жук», «Тик-так».	4	1	3
<b>Май</b>	Итоговые занятия. Диагностика Отчетные занятия	2	0,5	1,5
<b>Итого</b>		32	8,5	23,5

## 1.2. Второй год обучения – дети 5-6 лет

Наименование тем		Общее количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
<b>Сентябрь</b>	Диагностика Вводное занятие Техника безопасности	2	1	1
<b>Октябрь</b>	- Работа над правильной стойкой; - Маршировка, перестроения; - Музыкально-ритмические упражнения, композиции «Марш», «Цыплята».	4	1	3
<b>Ноябрь</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Чунга-чанга», «Красная шапочка».	4	1	3.
<b>Декабрь</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Танец кукол и мишки»	4	1	3
<b>Январь</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Козочки и волк», «Найди себе пару».	4	1	3
<b>Февраль</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Кот Леопольд», «Антошка».	4	1	3
<b>Март</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Три поросенка», «Мячик».	4	1	3.
<b>Апрель</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Вместе весело шагать», «Упражнения с цветами».	4	1	3
<b>Май</b>	Итоговые занятия. Диагностика Отчетные занятия	2	0,5	1,5
<b>Итого</b>		32	8,5	23,5



### 1.3. Третий год обучения - дети 6-7 лет

Наименование тем		Общее количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
<b>Сентябрь</b>	Диагностика Вводное занятие Техника безопасности	2	1	1
<b>Октябрь</b>	Элементы основ классического танца. Танцевально-игровое занятие «Лабиринт» «Весёлый автобус» Игровой стретчинг или «В зоопарке» Вспомогательные и корригирующие упражнения на напряжение и расслабление мышц.	4	1	3
<b>Ноябрь</b>	Элементы историко-бытового и бального танца - Работа над правильной стойкой; -Маршировка, перестроения; -Музыкально-ритмические упражнения, композиции «Полонез», «Голубая волна»	4	1	3.
<b>Декабрь</b>	Элементы народно-сценического танца - Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: Танец «Солдатики и куколок», пластический этюд.	4	1	3
<b>Январь</b>	Музыкально-ритмические занятия - Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Упражнение с обручами», «Пластический этюд с обручами».	4	1	3
<b>Февраль</b>	Элементы основ классического танца Вспомогательные и корригирующие упражнения по исправлению недостатков осанки. Пластический этюд (под музыку Ф. Гойи ), Пластический этюд(на мелодию песни «Дорогой длинной») Элементы историко-бытового и бального танца - Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции:	4	1	3

	Пластический этюд (музыка А. Петрова к к/ф «Берегись автомобиля»)			
<b>Март</b>	Элементы историко-бытового и бального танца - Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Менуэт», «Светит месяц»	4	1	3.
<b>Апрель</b>	Музыкально-ритмические занятия - Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Танец моряков» «Светит месяц» Элементы классического танца 1. Вспомогательные и корректирующие упражнения на улучшение выворотности ног. 2. Упражнения для формирования стопы.	4	1	3
<b>Май</b>	Итоговые занятия. Диагностика Отчетные занятия	2	0,5	1,5
<b>Итого</b>		32	8,5	23,5

## 2. Календарный график

<b>Сроки реализации программы</b>	<b>Количество занятий</b>
Неделя	1
Месяц	4-5
год	32

### 3. Содержание программы

#### 3.1. Первый год обучения - дети 4-5 лет.

Программа состоит из трех разделов, соответствующих возрастным особенностям детей и уровню сложности танцевальных композиций.

##### 1 раздел. «Ритмические танцы»

Основная задача состоит в том, чтобы совершенствовать процесс восприятия музыки через обучение основным движениям и танцевальным элементам.

##### 2 раздел. «Полечка»

Дети знакомятся с основными движениями полечки: шаги, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку; галоп, шаг с подскоками, переходы, повороты. Разнообразие танцевальных комбинаций позволят проявить детям творчество, фантазию.

##### 3 раздел. «Русские народные танцы»

Задача этого раздела: познакомить учащихся с довольно большим объемом движений, с различными положениями в паре, с разными манерами исполнения. Дети знакомятся с танцевальными движениями хороводного плана, подвижного плясового характера.

Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 20 мин.

**1 часть:** Танцевальная гимнастика, упражнения для освоения техники танца, подготовка организма к динамичной части занятия.

Длительность 2-4 мин.

**2 часть:** Разучивание танцевальных элементов, соединение движений в танцевальные композиции. Отработка в паре, в группе.

Длительность 12 мин.

**3 часть:** Игры на развитие творческих возможностей детей, на совершенствование музыкального слуха, развитие чувства ритма.

Длительность 2-4 мин.

Период		Содержание работы		
		1 часть	2 часть	3 часть
Октябрь	1 неделя	- Работа над правильной стойкой; - Маршировка, перестроения;	- Слушание ритмичной музыки. - Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия)	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	2 неделя	- Музыкально-ритмические упражнения, композиции «Хоровод», «Горошинки».	- Разучивание основных и подготовительных движений эстрадных танцев.	
	3 неделя		- Шаг с носка, на носках - построение в круг и передвижение по кругу за педагогом.	
	4 Неделя		- Движения корпусом: наклоны, повороты, смещение вправо, влево, к центру, от центра.	
Ноябрь	1неделя	- Работа над правильной стойкой, осанкой.	- Соединение корпуса и плеч с головой в поворотах, пружинные	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.

	<b>2 неделя</b>	- Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Кузнечик», «Весёлые ножки».	полуприседы. - Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны.	
	<b>3 неделя</b>		- Соединение разученных движений в танцевальные комбинации.	
	<b>4 неделя</b>		- Разучивание движение ногами: выпады с выставлением ноги на пятку, на носок, поднимание ног.	
<b>Декабрь</b>	<b>1 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Если весело живётся»	- «Танцы» на полу-разучивание базовых положений тела на полу: сед ноги врозь, сед на пятках, перекаты в положении лёжа.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	<b>2 неделя</b>		- Соединение разученных движений в танцевальные комбинации.	
	<b>3 неделя</b>		- Отработка разученных танцевальных комбинаций и соединение в танец.	
	<b>4 неделя</b>		- Работа над танцем. - Просмотр видеокассет с разными эстрадными танцами. Слушание ритмичной музыки.	
<b>Январь</b>	<b>2 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой.	Знакомство с основными движениями полечки. Слушание музыки.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	<b>3 неделя</b>	- Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Песня Мурёнки», «Полечка».	- Движения полечки: подъем на полупальцы, сгибание ног, приставной шаг в сторону, шаг с небольшим подскоком.	
	<b>4 неделя</b>		-Отработка разученных движений. Отработка	

			комбинации из танцевальных шагов.	
<b>Февраль</b>	<b>1 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка,	- Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	<b>2 неделя</b>	перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Танец утят», «Крылья».	- Свободное опускание рук вниз; напряжённое и расслабленное положение рук, ног.	
	<b>3 неделя</b>		- Отработка свободных, плавных движений руками.	
	<b>4 неделя</b>		- Соединение танцевальных комбинаций в сюжет танца «Танец утят»	
<b>Март</b>	<b>1 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка,	- Отработка бега по кругу и по ориентирам (змейкой), перестроения.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	<b>2 неделя</b>	перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Мы пойдём с начало	- Выразительность движений, синхронность выполнения, ходьба на носках и с высоким подниманием бедра.	
	<b>3 неделя</b>	вправо...», «Змея».	- История возникновения русских народных танцев. Просмотр видеокассет с различными русскими народными танцами: хороводные, пляски. - Разучивание: основные положения ног в русском народном танце. - Разучивание: основные положения рук.	
	<b>4 неделя</b>		- Танцевальные шаги русского народного танца – простые шаги.	
<b>Апрель</b>	<b>1 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой.	- Разучивание: русские хороводные шаги: ровный, один длинный и два	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.

		- Маршировка, перестроения;	коротких.	
	<b>2 неделя</b>	- Танцевальные игры, композиции: «Добрый жук», «Тик-так».	- Танцевальные прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360 на шагах.	
	<b>3 неделя</b>		- Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья..	
	<b>4 неделя</b>		- Хоровод. «Круг», «Два круга рядом» - Отработка перестроений, определения линий танца. - Точность и синхронность в исполнении хоровода. - Работа над эмоциональной выразительностью.	
<b>Май</b>	<b>Итоговые занятия</b>	1-2 неделя	Диагностика итоговая	Отчетный концерт

### 3.2 Второй год обучения - дети 5-6 лет.

Программа состоит из трех разделов, соответствующих возрастным особенностям детей и уровню сложности танцевальных композиций.

#### 1 раздел. «Ритмические танцы»

Основная задача состоит в том, чтобы совершенствовать процесс восприятия музыки через обучение основным движениям и танцевальным элементам.

#### 2 раздел. «Что вы знаете о польке?»

Дети знакомятся с основными движениями полки: шаги, па полки, па галоп, шаг с подскоками, переходы, повороты. Разнообразие танцевальных комбинаций позволят проявить детям творчество, фантазию.

#### 3 раздел. «Русские танцы»

Задача этого раздела: познакомить учащихся с довольно большим объемом движений, с различными положениями в паре, с разными манерами исполнения. Дети знакомятся с танцевальными движениями хороводного плана, подвижного плясового характера.

Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 25 мин.

**1 часть:** Танцевальная гимнастика, упражнения для освоения техники танца, подготовка организма к динамичной части занятия.

Длительность 3-5 мин.

**2 часть:** Разучивание танцевальных элементов, соединение движений в танцевальные композиции. Отработка в паре, в группе.

Длительность 15 мин.

**3 часть:** Игры на развитие творческих возможностей детей, на совершенствование музыкального слуха, развитие чувства ритма.

Длительность 3-5 мин.

Период		Содержание работы		
		1 часть	2 часть	3 часть
Октябрь	1 неделя	- Работа над правильной стойкой; - Маршировка, перестроения; - Музыкально-	- Просмотр видеокассет с разными эстрадными танцами. - Слушание ритмичной музыки.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	2 неделя	ритмические упражнения, композиции «Марш», «Цыплята».	- Разучивание основных и подготовительных движений эстрадных танцев.	
	5 неделя		- Движения плечами, движения головой: повороты, поднимание и опускание, круговые движения.	
	6 Неделя		- Движения корпусом: наклоны, повороты, смещение вправо и влево.	
Ноябрь	1неделя	- Работа над правильной стойкой,	- Соединение корпуса и плеч с головой в поворотах,	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку.



		осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Чунга-чанга»,	прогибании, наклонах. - Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны.	Поклон.
	<b>5 неделя</b>		- Соединение разученных движений в танцевальные комбинации.	
	<b>6 неделя</b>	«Красная шапочка».	- Разучивание движение ногами: выпады с выставлением ноги на пятку, махи, поднимание ног.	
	<b>7 неделя</b>			
<b>Декабрь</b>	<b>1 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения;	- «Танцы» на полу-разучивание базовых положений тела на полу, простых танцевальных комбинаций.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	<b>5 неделя</b>	- Танцевальные игры, композиции: «Танец кукол и мишки»	- Соединение разученных движений в танцевальные комбинации.	
	<b>6 неделя</b>		- Отработка разученных танцевальных комбинаций и соединение в танец.	
	<b>7 неделя</b>		- Работа над танцем. - Просмотр видеокассет с разными эстрадными танцами. Слушание ритмичной музыки.	
<b>Январь</b>	<b>2 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Козочки и волк», «Найди себе пару».	- История возникновения польки. Знакомство с основными движениями польки. Слушание музыки.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	<b>5 неделя</b>		- Знакомство с основными движениями польки: подъем на полупальцы, сгибание ног, переступание.	
	<b>6 неделя</b>		- Отработка разученных	

			движений. Обучение новым движениям: шаг с подскоком, па польки, па галопа.	
<b>Февраль</b>	<b>1 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения;	- Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	<b>5 неделя</b>	- Танцевальные игры, композиции: «Кот Леопольд», «Антошка».	- Соединение движений в танцевальные комбинации танца «Школьная полька».	
	<b>6 неделя</b>		- Отработка движений, разучивание танцевальных комбинаций в паре.	
	<b>7 неделя</b>		- Соединение танцевальных комбинаций в сюжет танца «Школьная полька»	
<b>Март</b>	<b>1 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой.	- Отработка сюжетной линии танца «Школьная полька»	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	<b>5 неделя</b>	- Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Три поросенка», «Мячик».	- Выразительность движений, синхронность выполнения, общение в паре с помощью мимики жестов.	
	<b>6 неделя</b>		- История возникновения русских народных танцев. Просмотр видеокассет с различными русскими народными танцами: хороводные, пляски. - Разучивание: основные положения ног в русском танце. - Разучивание: основные положения рук.	
	<b>7 неделя</b>		- Танцевальные шаги русского танца – простые шаги.	

<b>Апрель</b>	<b>1 неделя</b>	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения;	- Разучивание: русские переменные шаги: ровный, один длинный и два коротких, на ребро каблука с подбивкой.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	<b>5 неделя</b>	- Танцевальные игры, композиции: «Вместе весело шагать»,	- Танцевальный бег: шаг-бег или беговой шаг; бег с отбрасыванием согнутых ног назад.	
	<b>6 неделя</b>	«Упражнения с цветами».	- Дроби: притопы, притопы с полуприседанием, притопы с прискоком.	
	<b>7 неделя</b>		- Хоровод. «Круг», «Два круга рядом» - Отработка перестроений, определения линий танца. - Точность и синхронность в исполнении хоровода. - Работа над эмоциональной выразительностью.	
<b>Май</b>	<b>Итоговые занятия</b>	1-2 неделя	Диагностика итоговая	Отчетный концерт

### 3.3. Третий год обучения – дети 6-7 лет.

Программа состоит из четырех разделов, соответствующих возрастным особенностям детей и уровню сложности танцевальных композиций.

#### 1 раздел. Музыкально-ритмические занятия

Основная задача состоит в том, чтобы совершенствовать процесс восприятия музыки через обучение основным движениям и танцевальным элементам.

#### 2 раздел. Основы классического танца

Дети знакомятся с основным, сильным для детей комплексом движений. Классический танец развивает мускулатуру тела, особенно рук, ног, спины; помогает формировать правильную осанку и координацию движений.

#### 3 раздел. Элементы народно-сценического танца

Задача этого раздела: познакомить учащихся с довольно большим объемом движений, с различными положениями в паре, с разными манерами исполнения. Дети знакомятся с танцевальными движениями хороводного плана, подвижного плясового характера.

#### 4 раздел. Элементы историко-бытового и бального танца.

Обучение включает 2 раздела. Первый – современный бальный танец. Изучение танцевального репертуара начинается с простых детских бальных танцев, так как доступность движений и простота композиций позволяет освоить их довольно быстро. Второй – историко-бытовой танец, который дает возможность проследить за развитием бального танца.

Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 30 мин.

**1 часть:** Танцевальная гимнастика, упражнения для освоения техники танца, подготовка организма к динамичной части занятия.

Длительность 5 мин.

**2 часть:** Разучивание танцевальных элементов, соединение движений в танцевальные композиции. Отработка в паре, в группе.

Длительность 15-20 мин.

**3 часть:** Игры на развитие творческих возможностей детей, на совершенствование музыкального слуха, развитие чувства ритма.

Длительность 7-10 мин.

Месяц	Раздел	Неделя	Содержание работы (занятий)		
			1 часть	2 часть	3 часть
Октябрь	Музыкально-ритмические занятия	1 неделя	1. Вводное занятие 2. Танцевально-игровое занятие «Лабиринт»		
		2 неделя	1. «Весёлый автобус» 2. Игровой стретчинг или «В зоопарке»		
	Элементы основ классического танца	3 неделя	Вспомогательные и корректирующие упражнения на напряжение и расслабление мышц.	Экзерсис на середине зала 1. Точки класса (зала) по методике А. Я. Вагановой 2. Положение en face. 3. Подготовительное положение рук. 4. Повороты головы на ½.	Упражнения с осенними листьями
		4 неделя		Экзерсис на середине зала 1. Позиции рук I, III. 2. Повороты головы на ¼.	«Кукла»
Ноябрь	Элементы	1 неделя	- Работа над	1. Шаг бытовой и легкий	Упражнения

	историко-бытового и бального танца		правильной стойкой; - Маршировка, перестроения; - Музыкально-ритмические упражнения, композиции	танцевальный шаг. 2. положение корпуса, головы, плеч, рук, ног.	ия на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		2 неделя	«Полонез», «Голубая волна»	1. Закрепление предыдущего материала. 2. Определение направлений исполнителей в бальном танце относительно площади танцевального зала, относительно друг друга (по линии танца, против линии танца)	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		3 неделя		1. Разучивание специфических положений рук в историко-бытовом танце. 2. Элементы танца «Ку-ка-ре-ку».	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		4 неделя		1. Повторение и закрепление полученных знаний. 2. Композиция танца «Ку-ка-ре-ку»	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
Декабрь	Элементы народно-сценического танца	1 неделя	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции:	1. Поклон. 2. Положения рук. 3. Ходы и основные движения: простой ход, переменный ход (один длинный и два коротких).	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		2 неделя	Танец «Солдатики и кукол», пластический этюд.	1. Боковой ход «Гармошка». 2. «Ковырялочка» 3. «Моталочка». 4. Хлопки и хлопучки для мальчиков: одинарные по бедру и голенищу.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.

		3 неделя		1. «Ковырялочка» 2. Танцевальный бег: шаг-бег, бег с отбрасыванием согнутых ног назад. 3. Подготовка к дробям. 3. Притопы.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		4 неделя		1. Повторение дробей: притопы. 2. Притопы с полуприседанием. 3. «Печатка». 4. «Переборы».	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
<b>Январь</b>	Музыкально-ритмические занятия	2 неделя	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Упражнение с обручами», «Пластический этюд с обручами».	«Сказочный лес»	
		3 неделя		«Времена года»	
	Элементы основ классического танца	4 неделя	Вспомогательные и корректирующие упражнения по исправлению недостатков осанки. Пластический этюд (под музыку Ф. Гойи	1. Постановка корпуса (ноги в свободном положении). 2. Понятие рабочей и опорной нога. 3. Позиции ног I, II (при относительной выворотности). 4. Постановка корпуса в I-II позиции. 5. Demi-plie, battement tendu в I позиции.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
<b>Февраль</b>	Элементы основ классического танца	1 неделя	), Пластический этюд(на мелодию песни «Дорогой длинной»)	1. Позиция ног III. 2. Постановка корпуса в III позиции. 3. Battement tendu. 4. Перегиб корпуса в сторону	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		2 неделя		1. Повторение пройденного. 2. Галоп.	Упражнения на

				3. Раскладка pas польки.	дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	Элементы историко-бытового и бального танца	3 неделя	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции:	1. Позиции рук и ног. 2. Положения партнеров: лицом в разных направлениях. 3. Простые шаги с вынесением ноги на каблук, шаги в повороте, «противоход»	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		4 неделя	Пластический этюд (музыка А. Петрова к к/ф «Берегись автомобиля»)	1. Demi-plie. 2. Pas галопа. 3. Pas польки. 4. Композиция танца «Прогулка».	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
<b>Март</b>	Элементы историко-бытового и бального танца	1 неделя	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции:	1. Повторение пройденного. 2. Композиция танца «Прогулка». 3. Разучивание элементов танца «О-па-па»	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		2 неделя	«Менуэт», «Светит месяц»	1. Закрепление. 2. Композиция танца-игры «О-па-па»	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
	Элементы народно-сценического танца	3 неделя		1. Вынесение ноги на каблук с работой пятки опорной ноги. 2. Подготовка к «веревочке».	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		4 неделя		1. Шаг (хоровод).	Упражнения

				2. «Круг в круге», «Корзиночка», «Восьмерка», «Улитка»	ия на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
Апрель	Музыкально-ритмические занятия	1 неделя	- Работа над правильной стойкой, осанкой. - Маршировка, перестроения; - Танцевальные игры, композиции: «Танец моряков» «Светит месяц»	«Подводное царство»	
		2 неделя		«Лабиринт»	
	Элементы классического танца	3 неделя	1. Вспомогательные и корректирующие упражнения на улучшение выворотности ног. 2. Упражнения	1. Passeparterre 2. Перегиб корпуса вперед. 3. Pas польки	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		4 неделя	для формирования стопы.	1. Releve на полупальцы (в невыворотных позициях). 2. Закрепление пройденного	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
		2 неделя		1. Боковой ход «припадание». 2. «Молоточки», «моталочка». 3. Закрепление (хоровод).	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
3 неделя		1. Упражнения для мальчиков («размножка», полуприсядка с выносом ноги в сторону на каблук, присядка «мячик») 2. Хлопки и хлопушки. 3. Дробные ходы.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на		



					растяжку. Поклон.
		4 неделя		1. Повторение изученного. 2. Развернутый танцевальный этюд на материале русского танца.	Упражнения на дыхание, расслабление. Упражнения на растяжку. Поклон.
<b>Май</b>	Итоговые занятия	1-2 неделя	Диагностика итоговая	Отчетный концерт	

#### 4. Диагностический инструментарий.

**Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:**

- выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы;
- оценки эффекта педагогического воздействия.

**Цель диагностики:** выявление уровня освоения программы ребенком.

**Метод диагностики:** наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий. При определении уровня развития ребенка, за основу взяты следующие программные задачи:

- **Чувство музыкального ритма** - способность воспринимать и передавать разные ритмические рисунки, основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами. Темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке.

- Эмоциональная отзывчивость - выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции.

- Танцевальное творчество - способность правильно и «музыкально» исполнять танцевальные движения, комбинации, умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

**Комплексная оценка:**

1 - 1,7 низкий уровень. (Требуется корректирующая работа педагога)

1,8 – 2, 5 средний уровень .

2,6 – 3 высокий уровень.

#### Первый год обучения

<b>Чувство музыкального ритма.</b>	
Начало года	Конец года
1. <i>Хлопки под музыку.</i> 3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку. 2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями. 1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога. 0 баллов – не может хлопать под музыку.	1. <i>Выделить хлопками сильные доли в музыке.</i> 3 балла – самостоятельно выделяет сильные доли в музыке. 2 балла – выделяет сильные доли в музыке с небольшими неточностями. 1 балл – выделяет сильные доли в музыке с помощью педагога. 0 баллов – не может выделить сильные доли в музыке.
2. <i>Смена движений со сменой частей музыки.</i> 3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки. 2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями. 1 балл – меняет движение со сменой частей музыки при помощи педагога. 0 баллов – не слышит части музыки.	2. <i>Прохлопать ритмический рисунок под музыку.</i> 3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку. 2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями. 1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога. 0 баллов – не может хлопать под музыку.
	3. <i>При помощи движений выделить смену частей музыки.</i>

	<p>3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки.</p> <p>2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – меняет движение со сменой частей музыки при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не слышит части музыки.</p>
<b>Эмоциональная отзывчивость.</b>	
Начало года	Конец года
<p>1. <i>Упражнение «О чем рассказывает музыка».</i></p> <p>3 балла – выразительно передает заданные образы.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданные образы.</p>	<p>1. <i>Упражнение «Листок».</i></p> <p>3 балла – выразительно передает заданный образ.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданный образ.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ.</p>
<p>2. <i>Упражнение «Птичий двор».</i></p> <p>3 балла – выразительно передает заданный образ.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданный образ.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ.</p>	<p>3. <i>Упражнение «В гостях у сказки».</i></p> <p>3 балла – выразительно передает заданные образы.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданные образы.</p>
<b>Танцевальное творчество.</b>	
Начало года.	Конец года.
<p>1. <i>Повторить за педагогом танцевальные движения.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальные движения.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет танцевальные движения, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет танцевальные движения, допуская значительные неточности.</p> <p>0 баллов – не может выполнить танцевальные движения.</p>	<p>1. <i>Исполнить танцевальную комбинацию.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет, танцевальную комбинацию при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может выполнить танцевальную комбинацию.</p>
	<p>2. <i>Выбрать движения согласно музыкальному материалу.</i></p> <p>3 балла – правильно выбирает движения.</p> <p>2 балла – выбирает движения, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – выбирает движения при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может выбрать</p>

	ДВИЖЕНИЯ.
	<p>3. <i>Придумать танцевальную комбинацию на заданную музыку.</i>  3 балла – легко придумывает комбинацию, не путает стили музыки.  2 балла – придумывает комбинацию, но иногда требуется подсказка педагога.  1 балл – затрудняется в придумывании танцевальной комбинации.  0 баллов – не может придумать комбинацию.</p>

### Второй и третий год обучения.

<b>Чувство музыкального ритма.</b>	
Начало года	Конец года
<p>1. <i>Прохлопать и протопать ритмический рисунок под музыку.</i>  3 балла – самостоятельно выполняет ритмический рисунок под музыку.  2 балла – выполняет ритмический рисунок под музыку с небольшими неточностями.  1 балл – выполняет ритмический рисунок под музыку с помощью педагога.  0 баллов – не может выполнить ритмический рисунок под музыку.</p>	<p>1. <i>Упражнение «Круг друзей»</i>  3 балла – самостоятельно выделяет сильные и слабые доли в музыке, может безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта.  2 балла – выделяет сильные и слабые доли в музыке с небольшими неточностями.  1 балл – выделяет сильные и слабые доли в музыке с помощью педагога.  0 баллов – не может выделить сильные и слабые доли в музыке.</p>
<p>2. <i>Выделить хлопками сильные доли в музыке.</i>  3 балла – самостоятельно выделяет сильные доли в музыке.  2 балла – выделяет сильные доли в музыке с небольшими неточностями.  1 балл – выделяет сильные доли в музыке с помощью педагога.  0 баллов – не может выделить сильные доли в музыке.</p>	<p>2. <i>Прохлопать ритмический рисунок под музыку.</i>  3 балла – самостоятельно выполняет ритмический рисунок под музыку.  2 балла – выполняет ритмический рисунок под музыку с небольшими неточностями.  1 балл – выполняет ритмический рисунок под музыку с помощью педагога.  0 баллов – не может выполнить ритмический рисунок под музыку.</p>
<p>3. <i>Выделить фразы и части музыкального материала.</i>  3 балла – самостоятельно выделяет фразы и части музыки.  2 балла – выделяет фразы и части музыки с небольшими неточностями.  1 балл – выделяет фразы и части музыки с помощью педагога.  0 баллов – не может выделить фразы и части музыки.</p>	<p>3. <i>Упражнение «Угадай».</i>  3 балла – самостоятельно различает музыкальные размеры – 2/4, 4/4, 3/4.  2 балла – различает музыкальные размеры – 2/4, 4/4, 3/4 с небольшими неточностями.  1 балл – различает музыкальные размеры – 2/4, 4/4, 3/4 при помощи педагога.  0 баллов – не различает музыкальные размеры.</p>
<b>Эмоциональная отзывчивость.</b>	
Начало года.	Конец года.
<p>1. <i>Упражнение «Грустно - весело»</i></p>	<p>1. <i>Упражнение «Подснежник».</i>  3 балла – самостоятельно,</p>

<p>3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>1 балл - передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>При помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.</p>	<p>выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>1 балл - передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>При помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.</p>
<p>2. <i>Упражнение «На витрине магазина».</i></p> <p>3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>1 балл - передает заданные образы, характер музыки.</p> <p>При помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.</p>	<p>2. <i>Упражнение «О чем рассказывает музыка».</i></p> <p>3 балла – самостоятельно, выразительно передает заданные образы, передает характер музыки при помощи движений и эмоций.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы, передает характер музыки при помощи движений и эмоций.</p> <p>1 балл - передает заданные образы, характер музыки при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ, характер музыки.</p>
<b>Танцевальное творчество.</b>	
Начало года.	Конец года.
<p>1. <i>Повторить за педагогом танцевальную комбинацию.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет, танцевальную комбинацию при помощи педагога</p> <p>1. баллов – не может выполнить танцевальную комбинацию.</p>	<p>1. <i>Исполнить танцевальную композицию.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную композицию.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную композицию, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет, танцевальную композицию при помощи педагога</p> <p>0 баллов – не может выполнить танцевальную композицию.</p>
<p>2. <i>В зависимости от характера и вида музыкального материала выбрать танцевальные движения.</i></p> <p>3 балла – правильно выбирает движения.</p> <p>2 балла – выбирает движения, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – выбирает движения при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может выбрать движения.</p>	<p>2. <i>Импровизация под музыку.</i></p> <p>3 балла – легко и свободно импровизирует под музыку.</p> <p>2 балла – не уверенно импровизирует под музыку.</p> <p>1 балл – с трудом импровизирует под музыку.</p> <p>0 баллов – не может импровизировать.</p>

## 5. Методическое обеспечение программы

### Первый год обучения (4-5 лет).

#### Партерная гимнастика:

- ❖ упражнение для стоп – тянуть пальцы без перерыва 1 минуту;
- ❖ бревно – перекуты в положении лежа,
- ❖ солдатик – стойка на одной ноге без опоры;
- ❖ медуза – сед ноги врозь с наклоном вперед до касания руками;
- ❖ морской червяк – упор стоя согнувшись
- ❖ дельфин – лежа на животе, прогнувшись, руки вверх в «замок»;
- ❖ морской лев – упор сидя между пятками, колени врозь;
- ❖ морская звезда – лежа на животе, прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь;
- ❖ велосипед – в положении упора лежа сзади на предплечья;

#### Танцевальные шаги:

- ❖ шаг – поскок;
- ❖ галоп;
- ❖ шаг польки;
- ❖ тройной притоп;
- ❖ приставной шаг;
- ❖ шаг с носка;
- ❖ шаг на носках;
- ❖ ходьба с высоким подниманием бедра («цапля»);

#### Строевые упражнения:

- ❖ образно-двигательные действия «солдатики» – построение в шеренгу и колонку по команде педагога;
- ❖ образно-двигательные действия «шишки» – перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам;
- ❖ гусеница – передвижение в сцеплении за руки;
- ❖ хоровод – построение в круг и передвижение, по кругу в различных направлениях за педагогом;

#### Игровой самомассаж:

- ❖ поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно- игровой форме (для ног и рук);
- ❖ поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно- игровой форме (для кистей и пальцев- «ладошки- мочалки», смываем водичкой руки, ноги);
- ❖ поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно- игровой форме (для ступней и пальцев ног);

Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами (мячами, обручами, флажками, платочками, листочками)

#### Музыкально- подвижные игры:

- ❖ «Ворон и воробушки»;
- ❖ «Снеговичок и сугроб»;
- ❖ «Эхо»;
- ❖ «Найди свою пару»
- ❖ «Самолетики и бабочки»;
- ❖ «Игрушки»;
- ❖ «Зайчики и волк»;
- ❖ «Море волнуется»;

#### Игротанцы:

- ❖ «Паровозик»;
- ❖ «Чебурашка»;
- ❖ «Танец утят»;
- ❖ «Графини Вишенки и сеньоры Лимончики»;
- ❖ «Разноцветная игра»;

#### Игры – путешествия:

- ❖ «На лесной опушке»;
- ❖ «Путешествие в морское царство»;
- ❖ «Путешествие в зоопарк»;
- ❖ «Конкурс танца»;

### Второй и третий год обучения (5-7 лет)

#### Партерная гимнастика:

- ❖ медведь- ходьба на внешнем и внутреннем своде стопы;
- ❖ пантера- мягкий шаг;
- ❖ цапля – ходьба с высоким подниманием колен;
- ❖ кошечка – «котенок вытягивает спину»(тянется), «котенок сердится», «котенок пьет молоко», «котенок спит»(лежа на боку и мурлычет).

❖ змея – упор лежа на бедрах, поворот головы на лево на право.(змея шипит).

❖ собачка – упор стоя согнувшись, виляет «хвостиком» (таз влево вправо).

❖ жираф – из упора сидя на пятках встать в упор стоя согнувшись – держать 3-4сек.

Повторить 6-8 раз.

❖ кольцо – из упора сидя сзади на пятках встать в упор стоя согнувшись – держать 3-4 сек.

Повторить 6-8 раз.

❖ кузнечик- из седа согнутые ноги врозь пружинистые наклоны вперед, руки вверх (на полу). Выполнять 6-8 пружинистых наклонов и повторить 6-8 раз можно под музыку.

❖ трубочка – сидя на стуле , руки вверх в «замок». Опуская руки вниз, медленный выдох с громким произношением звука «пф-ф-ф». На вдохе исходное положение.

❖ помаша крыльями, как петух – стойка ноги врозь. Поднять руки в стороны (вдох), а затем хлопать ими по бедрам – выдох со словами «ку-ка-реку».

❖ каша кипит – сесть, одну руку положить на живот, другую на грудь. Втягивая живот и набирая воздух в грудь, сделать вдох. Опуская грудь и выпячивая живот – выдох. При выдохе громко произносить звук «ф-ф-ф».

❖ паровозик – в ходьбе делать попеременные движения согнутыми руками и проговаривать «чух-чух-чух». На четыре шага вдох, на четыре шага выдох.

#### Танцевальные шаги:

- ❖ па – шассе;
- ❖ галоп в паре;
- ❖ шаг польки;
- ❖ комбинации на шаг польки и шаг-поскок;
- ❖ шаг – поскок в повороте.

#### Строевые упражнения:

- ❖ передвижение в обход шагом и бегом, бег по кругу и по ориентирам («змейкой»);
- ❖ перестроение из одной колонны а несколько кругов на шаге, беге;
- ❖ построение по кругу в парах;
- ❖ строевые приемы «Направо», «Налево», «Кругом» при шаге на месте – переступанием, строевой шаг на месте, подходный шаг в передвижении;

❖ перестроение из колонны по одному в колонну по трое в движении с одновременным поворотом в сцеплении за руки, размыкание по ориентирам.

Игровой самомассаж:

❖ поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме;

❖ поглаживание и растирание правой рукой левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук поглаживание и растирание груди;

❖ поглаживание и растирание ступни, голени и бедра в положении сидя, в образно-игровой форме.

Общеразвивающие упражнения с предметами:

❖ С платочком, обручами и мячами.

Креативная гимнастика:

❖ Выставка картин;

❖ Делай как я, делай лучше меня.

Музыкально- подвижные игры:

❖ «К своим флажкам»

❖ «Музыкальные змейки»

❖ «Дирижер – оркестр»

❖ «Попрыгунчики – воробушки»

❖ «Музыкальные стулья»

❖ «Гонка мячей в колоннах и шеренгах»

❖ «Найди предмет»

❖ «Усни трава»

❖ «Автомобили».

Игротанцы:

❖ «Лилипутики»

❖ «Травушка – муравушка»

❖ «Енотик полосатый»

❖ «Па де грас»

❖ «Ча-ча-ча»

❖ «На дискотеке»

Танцевально-ритмическая гимнастика:

❖ упражнение «Хоровод»;

❖ упражнение «Всадник»;

❖ упражнение с мячами;

❖ упражнение с обручами;

❖ упражнение с флажками;

❖ упражнение с платочками ;

Игры – путешествия (сюжетные занятия):

❖ «Поход в зоопарк»

❖ «Фестиваль в Рио»

❖ «Цветик – семицветик»

❖ «Конкурс танца».



## 6. Список литературы

1. Программа по ритмической гимнастике для детей А.И. Бурениной "Ритмическая мозаика"
2. Оздоровительно-развивающая программа Ж.Е. Фириливой, Е.Г. Сомкиной "Са-фи-данс"
3. Методическое пособие С.Л.Слущкой "Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду"
4. «Танцевальная ритмика для детей № 1» Суворова Т.И. Учебное пособие – СПб.: «Музыкальная палитра», 2003г.