

**Отдел образования  
администрации Ленинского района  
муниципального образования «Город Саратов»  
Муниципальное учреждение  
дополнительного образования «Центр детского творчества»  
Ленинского района г. Саратова**

ПРИНЯТА  
на заседании  
малого педагогического совета  
МУ ДО «Центр детского творчества»  
Ленинского района г. Саратова  
Протокол № 1 от 23.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МУ ДО  
«Центр детского творчества»  
Ленинского района г. Саратова  
\_\_\_\_\_/Т.Р. Тихонова/  
Приказ № 357 от 23.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
художественной направленности  
**«Мир танца. Начало пути»**  
возраст учащихся 5 – 7 лет  
срок реализации программы: 3 года

Автор-составитель:  
Сваина Вера  
Владимировна,  
педагог дополнительного  
образования

Саратов, 2023

**СТРУКТУРА  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ ПРОГРАММЫ**

**1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ**

<b>ПРОГРАММЫ.....</b>	<b>3</b>
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи программы.....	5
1.3 Планируемые результаты.....	6
1.4 Содержание программы.....	7
1.5 Формы контроля и промежуточной аттестации.....	24
<b>2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....</b>	<b>24</b>
2.1 Методическое обеспечение.....	24
2.2 Условия реализации.....	26
2.3 Календарный учебный график.....	28
2.4 Оценочные материалы.....	29
2.5 Список литературы и электронных ресурсов .....	31
2.6 Приложение.....	33

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется в объединении «Альянс», имеет **художественную направленность**.

При разработке дополнительной общеразвивающей программы учитывались следующие нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (ред. от 04.08.2023);

2. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

5. Постановление от 28.01.2021 № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (VI раздел);

6. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

7. Приказ министерства образования Саратовской области от 14.02.2020 № 323 «О внесении изменений в приказ министерства образования Саратовской области от 21.05.2019 № 1077»;

8. Распоряжение Правительства Саратовской области от 13.07.2021 № 193-Пр. О региональном плане мероприятий по реализации в 2021–2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;

9. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р;

10. Приказ об утверждении плана основных мероприятий на 2021–2027 годы, проводимых в муниципальном образовании «Город Саратов» в рамках Десятилетия детства от 10.06.2021 № 349;

11. Устав МУ ДО «Центр детского творчества» Ленинского района г.

Саратова (от 24.11.2022);

12. Положение о порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих программ муниципального учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» Ленинского района г. Саратова (утв. приказом № 227 от 06.08.2020).

Искусство танца, хореография является неотъемлемой частью художественного и эстетического воспитания человека.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. И какими они вырастут, во многом зависит от окружающей их эстетической среды.

Однако, в последнее время наблюдается определенный дефицит качественных ДОП для детей дошкольного возраста, направленных на нравственно-эстетической Это обусловило необходимость разработки программы, соответствующей современным реалиям, запросам родителей и детей, что свидетельствует о ее **актуальности**.

**Отличительные особенности программы.** Изучение и анализ программ по хореографии и ритмике педагогов учреждений дополнительного образования, разработанных в последнее десятилетие (ДОП хореографического ансамбля «Вдохновение» для учащихся 1-4 классов Калашниковой И.Д., г. Москва, 2015 г.; ДОП танцевального коллектива «Радуга» (ритмика), учитель ритмики Вирченко С.Е. Москва 2016 г.; ДООП «Основы хореографии» Возраст учащихся:7-17 лет Панова Гульназ Назировна г. Елабуга 2017 г.), позволил выявить, что большинство из них написаны либо для детей младшего школьного возраста, либо не соответствуют современным требованиям к содержанию, технологическому обеспечению образовательного процесса в УДО для детей дошкольного возраста, незначительному применению на занятиях игровых технологий.

Особенностями представленной ДОП являются:

- активное использование игровых технологий;
- музыкально-ритмические движения для релаксации, эмоциональной разрядки, перегрузки и утомления;
- речедвижение (комплекс упражнений и игр, где выполняемые движения сопровождаются произнесением соответствующего текста).

Данная программа предназначена для детей 5 – 7-летнего возраста.

#### **Возрастные особенности дошкольников**

К старшему дошкольному возрасту, ребенок физически крепнет, становится более подвижным. 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. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. Ребенок может сосредоточить внимание на образах, настроении музыки и передаче ее в выразительных движениях.

Правильно подобранные разделы данной программы (речедвижение, ритмика, танцевальная азбука, творческая деятельность) способствуют в игровой форме развитию речи, двигательной активности, усиливает эмоциональное восприятие хореографического искусства, умению трудиться и вызывают интерес у дошкольников к занятиям.

### **Объём Программы. Режим занятий**

Реализация данной Программы рассчитана на 3 года.

Программа реализуется в очной форме, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ гл.2, ст.17, п.2.

Занятия проходят:

- для первого года обучения 144 часов в год, занятия проводятся 2 раза в неделю 2 занятия по 30 минут с перерывом между ними 10 минут;
- для второго года обучения 144 часов в год, занятия проводятся 2 раза в неделю 2 занятия по 30 минут с перерывом между ними 10 минут;
- для третьего года обучения 216 часов в год, занятия проводятся 3 раза в неделю 2 занятия по 30 минут с перерывом между ними 10 минут.

Численный состав групп установлен Уставом ЦДТ, санитарно-гигиеническими требованиями к данному виду деятельности и региональными нормативными документами в сфере дополнительного образования: первый год – от 12 до 15 человек; второй и третий год обучения – группы по 12 человек. Состав группы – постоянный в течение года. Форма работы: групповая.

Формирование групп осуществляется в соответствии с возрастом и основным критерием отбора является желание детей. Набор производится независимо от их физических данных.

### **Цель и задачи программы**

**Цель программы:** нравственно-эстетическое развитие дошкольника, раскрытие и развитие его танцевальных способностей посредством приобщения к хореографическому искусству.

#### **Задачи программы:**

##### **1. Обучающие**

Обучить:

- основам партерной гимнастики;
- основам классического экзерсиса;
- музыкально-ритмическим и танцевальным движениям;
- подготовить к танцевальным выступлениям.

## 2. Развивающие:

Развить:

- воображение и фантазию детей в танце.

## 3. Воспитательные:

Способствовать воспитанию

- интереса к хореографическому искусству;
- основ нравственного поведения.

Обучение по данной программе **педагогически целесообразно**, так как представляет широкие возможности для развития творческих способностей и самореализации детей, формирования базовых танцевальных навыков, которые могут быть востребованными ими в дальнейшем.

### 1.3 Планируемые результаты

К концу **первого года** обучения учащиеся **могут знать:**

- правила поведения на занятиях и на концерте;
- основу танцевальной азбуки;
- азбуку музыкального движения (музыкальный темп – «умеренно», «быстро»);
- простейшие элементы партерной гимнастики;

**могут уметь:**

- передавать в движении музыкальный размер и ритмический рисунок, акцентировать шаг на первую долю;
- двигаться в такт музыки, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носочка;

К концу **второго года** обучения учащиеся

**могут знать:**

- технику безопасности;
- основу классического экзерсиса;
- азбуку музыкального движения (сильная – слабая доли; танцевальные виды – марш, полька));
- элементы партерной гимнастики.

**могут уметь:**

- распознавать характер танцевальной музыки;
- фантазировать в соответствии с музыкальным материалом;
- музыкально, выразительно и осмысленно исполнять танцевальные движения;
- исполнять танцевальный этюд.

К концу **третьего года** обучения учащиеся

**могут знать:**

- технику безопасности при работе в зале и на сцене;
- элементы народного танца;
- азбуку музыкального движения (правила и логика перестроений);
- партерную гимнастику с элементами акробатики («колесо»).

**могут уметь:**

- различать особенности танцевальной музыки разных народов мира;
- повторить несложный ритмический рисунок;
- выразительно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- сценически грамотно исполнять танец.

**Интегративные личностные характеристики:**

- способен использовать свою фантазию и наблюдательность для создания образа;
- способен сотрудничать с группой учащихся;
- проявляет интерес к хореографическому искусству;
- может придерживаться правил поведения, соответствующих возрастной норме.

## 1.4 Содержание программы Учебный план первого года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие. Инструктаж	2	1	1	Устный опрос
<b>Раздел 1. Ритмика – 58 ч.</b>					
1.1	Ведение в мир музыки и танца	10	1	9	Практическая работа Визуальный контроль
1.2	Музыкально-образные упражнения	12	1	11	Практическая работа Визуальный контроль
1.3	Танцевально-ритмические упражнения	10	1	9	Практическая работа Визуальный контроль
1.4	Партерная гимнастика. Введение	9	0,5	8,5	Практическая работа Визуальный контроль
1.5	Образные игры с движением	6	0	6	Практическая работа Визуальный контроль
1.6	Игры - этюды	6	0	6	Концертные номера
1.7	Танец в развитии эмоциональной выразительности	3	0,5	2,5	Практическая работа Визуальный контроль
1.8	Промежуточная аттестация «Новогодний вернисаж»	2	0	2	Практическая работа Визуальный контроль Концертные номера
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука – 72 ч.</b>					

2.1	Путешествие в волшебный мир балета	2	1	1	Устный опрос
2.2	Постановка корпуса, ног, рук, головы	6	0,5	5,5	Устный опрос Практическая работа Визуальный контроль
2.3	Классический экзерсис. Введение	10	0,5	9,5	Устный опрос Практическая работа Визуальный контроль
2.4	Экзерсис на середине зала. Введение	10	0	10	Практическая работа Визуальный контроль
2.5	Партерный экзерсис. Введение	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
2.6	Речедвигательные игры и упражнения	10	0,5	9,5	Практическая работа Визуальный контроль
2.7	Постановка сюжетно-образного танца	10	0,5	9,5	Практическая работа
2.8	Репетиционная работа	10	0	10	Концертные номера
2.9	Промежуточная аттестация «Радуга талантов»	2	0	2	Практическая работа Визуальный контроль Концертные номера
<b>Раздел 3. Творческая деятельность – 12 ч.</b>					
3.1	Тайны закулисья	2	1	1	Устный опрос
<b>Раздел 4. Досуговая деятельность</b>					
4.1	Досуговые и массовые мероприятия	10	0	10	Концертные номера
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>8</b>	<b>136</b>	

**Перечень примерных массовых мероприятий для учащихся:**

- День открытых дверей;
- КИП «Весенняя капель»
- КИП «Новогодняя сказка».

**Перечень примерных массовых мероприятий совместно с родителями:**

- КИП «Мама – первое слово»
- Отчётный концерт.

**Учебный план второго года обучения**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие. Инструктаж	2	2	0	Устный опрос
<b>Раздел 1. Ритмика – 60 ч.</b>					
1.1	Мелодия и движения	12	1	11	Практическая работа Визуальный контроль
1.2	Музыкально-танцевальные упражнения	12	1	11	Практическая работа Визуальный контроль
1.3	Танцевально-ритмические упражнения	10	1	9	Практическая работа Визуальный контроль

1.4	Партерная гимнастика. Начальный этап	8	0	8	Практическая работа Визуальный контроль
1.5	Игрогимнастика	6	0	6	Практическая работа Визуальный контроль
1.6	Танцевальные этюды	7	0	7	Концертные номера
1.7	Эмоциональная выразительность в танце	3	0	3	Практическая работа Визуальный контроль
1.8	Промежуточная аттестация «Новогодний вернисаж»	2	0	2	Практическая работа Визуальный контроль Концертные номера
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука –74 ч.</b>					
2.1	Сказочные образы в балете	2	1	1	Устный опрос
2.2	Классический экзерсис. Начальный этап	12	1	11	Устный опрос Практическая работа Визуальный контроль
2.3	Экзерсис на середине зала. Начальный этап	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
2.4	Партерный экзерсис. Начальный этап	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
2.5	Речедвигательные игры и упражнения	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
2.6	Постановка детского танца	10	0	10	Практическая работа
2.7	Репетиционная работа	12	0	12	Концертные номера
2.8	Промежуточная аттестация «Радуга талантов»	2	0	2	Практическая работа Визуальный контроль Концертные номера
<b>Раздел 3. Творческая деятельность – 2 ч.</b>					
3.1	Концертная деятельность	2	0	2	Концертные номера
<b>Раздел 4. Досуговая деятельность– 6 ч.</b>					
4.1	Досуговые и массовые мероприятия	6	0	6	Концертные номера Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>7</b>	<b>137</b>	

**Перечень примерных массовых мероприятий для учащихся:**

- День открытых дверей;
- КИП «Новогодний сюрприз»;
- КИП «Дорожная азбука».

**Перечень примерных массовых мероприятий совместно с родителями:**

- КИП «Мамочке моей»;
- Открытое занятие для родителей «Встреча с Федорой»;
- Открытое занятие для родителей «Радуга талантов»;
- Отчётный концерт.

**Учебный план третьего года обучения**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие. Инструктаж	2	2	0	Устный опрос
<b>Раздел 1. Ритмика – 90 ч.</b>					
1.1	Мелодия и движения	10	0,5	9,5	Практическая работа Визуальный контроль
1.2	Музыкально-пространственные упражнения	12	1	11	Практическая работа Визуальный контроль
1.3	Музыкально-ритмические этюды и игры	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
1.4	Танцевально-двигательные упражнения	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
1.5	Партерная гимнастика	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
1.6	Игροгимнастика	10	0	10	Практическая работа Визуальный контроль
1.7	Танцевальные этюды	12	0	12	Концертные номера
1.8	Эмоциональная выразительность в танце	8	0	8	Практическая работа Визуальный контроль
1.9	Промежуточная аттестация «Новогодний вернисаж»	2	0	2	Практическая работа Визуальный контроль Концертные номера
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука – 100 ч.</b>					
2.1	Сказочные образы в балете	2	1	1	Устный опрос
2.2	Классический экзерсис	12	0,5	11,5	Устный опрос Практическая работа Визуальный контроль
2.3	Экзерсис на середине зала	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
2.4	Партерный экзерсис	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
2.5	Речедвигательные игры и упражнения	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
2.6	Элементы народного танца	12	1	11	Практическая работа Визуальный контроль
2.7	Импровизация в танце и игре	12	0	12	Практическая работа Визуальный контроль
2.8	Постановка массового детского танца	12	1	11	Практическая работа
2.9	Репетиционная работа	12	0	12	Концертные номера
2.10	Итоговый контроль	2	0	2	Отчётный концерт
<b>Раздел 3. Творческая деятельность – 12 ч.</b>					

3.1	Концертная деятельность	12	0	12	Концертные номера
<b>Раздел 4. Досугово-воспитательная деятельность–12ч.</b>					
4.1	Досуговые и массовые мероприятия	8	0	8	Концертные номера
4.2	Воспитательные мероприятия	4	1	3	Устный опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>8</b>	<b>208</b>	

**Перечень примерных массовых мероприятий для учащихся:**

- День открытых дверей;
- КИП «Чудеса под Новый год»;
- КИП «Рождественские посиделки»;
- КИП «Дорога, транспорт, пеший путь»;
- Беседа «Юрий Гагарин на Саратовской земле»;
- Беседа «Что ты знаешь о ВОВ?».

**Перечень примерных массовых мероприятий совместно с родителями:**

- Открытое занятие для родителей «Весенний букет»;
- КИП «Мамино сердце»;
- Отчётный концерт «Радуга талантов».

**Содержание учебного плана.  
Первый год обучения.**

**Вводное занятие.**

Теория: Содержание и форма занятий. Внешний вид учащихся. Расписание занятий (количество часов, время). Деятельность объединения. Цели и задачи коллектива. Предмет – хореография. Дисциплина во время обучения. Инструктаж по технике безопасности.

**Раздел 1. Ритмика**

**1.1 Ведение в мир музыки и танца.**

Теория: «Музыка» и «Танец». «Движения» и «Танцевальные движения». Правила выполнения простейших ритмических упражнений.

Практика: Развитие у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений через специальные упражнения:

- Упражнение – «Угадайка». Угадывание по звуку от стука тот или иной предмет/ детский музыкальный инструмент;
- Игра – «Разноцветная игра» (на умение слышать начало и окончание музыкальной фразы, вырабатывать у детей выдержку);
- Упражнения – «Хлоп-хлоп»: Исполнение по слуху несложных ритмических рисунков хлопками в ладоши. Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.

**1.2 Музыкально-образные упражнения.**

Теория: Слушание и анализ детской музыки.

### Практика:

- маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево.
- «Пружинка» - легкое приседание;
- Образные упражнения: «Кошки», «Щенок», «Заводные игрушки».

### *Приложение 1*

## **1.3 Танцевально-ритмические упражнения.**

Теория: Понятия ритма.

Практика: Танцевально-ритмические упражнения для развития чувства ритма и двигательных способностей:

- танцевальные шаги и бег в соответствии с музыкальными длительностями и музыкальными размерами;
- танцевальный шаг в продвижении вперёд и назад;
- шаг на полупальцах в продвижении вперёд и назад.

## **1.4 Партерная гимнастика. Введение.**

Теория: Упражнения в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

Практика: Упражнения из положения лежа на спине или на животе, свернувшись клубочком, перекаты с боку на бок и пр.

Упражнения на движения, требующим мышечного напряжения: вытягивание стоп (носочки), сгибание ног в коленях («Лягушка», «Бабочка»), доставание кончиками пальцев рук пальцев ног. Выполнение движений в спокойном темпе.

## **1.5 Образные игры с движением.**

Практика: Упражнения на имитацию характерных движений различных животных (мишка идет косолапо, зайка прыгает, птичка летает, птичка клюет, лошадка скачет, кошечка облизывается) в соответствии с характером музыки.

Игры и упражнения на развитие:

- координации движений и музыки (игры – «Паровоз», «Весёлая карусель») *Приложение 2*
- танцевально-ритмические игры, сюжетный характер и завершённость; (игры: «Танец», «Музыкант»).

## **1.6 Игры-этюды.**

Практика: Изучение простейших танцевальных этюдов для выступлений на праздниках и массовых мероприятиях:

- матрёшки;
- снежинки.

## **1.7 Танец в развитии эмоциональной выразительности.**

Теория: Эмоции и их особенности и значение.

Практика: Выражение эмоций в движении под музыку. Игровые задания на:

- передачу эмоциональных состояний: радостно-грустно, вкусно-невкусно, весело-страшно, интересно-неинтересно, любопытно-безразлично и т. п.;
- эмоциональную выразительность в танце («Повтори позу!»; «Упражнение змейка»; Игра «Зеркало»; «На берегу моря»);
- выражение эмоций в движении под музыку («Под дождиком»; «Ежи»);
- раскрепощение, снятие зажатости, внутренних зажимов, агрессии (Я – мои друзья»; «Злюка» и «Добрый человек»; «Ссора котов»; «Хвалим себя» и т.д.) *Приложение 4*

## **1.8 Промежуточная аттестация «Новогодний вернисаж».**

Практика: Выполнение детьми заданий:

- на определение ритмического рисунка;
- на свободную ориентацию в пространстве;
- на передачу в движении характера музыки, танцевальных этюдов.

Проведение открытого занятия «Новогодний вернисаж». Рефлексия.

## **Раздел 2. Танцевальная азбука**

### **2.1 Путешествие в волшебный мир балета.**

Теория: Балет. Происхождение и факты.

Практика: Видеоролик «Как стать балериной». Музыкально-танцевальные игры на импровизацию под классическую музыку «Танец музыкальных инструментов».

Д/З: Иллюстрация на тему «Балет».

### **2.2 Постановка корпуса, ног, рук, головы.**

Теория: Понятие о правильном положении корпуса, стоп, рук, головы.

Практика: Постановка корпуса по 1-ой позиции лицом к станку (композиция «Принцесса»). Первоначальные упражнения для усвоения постановки ног. Изучение позиции ног – 1, 3, 6.

Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3 (на основе композиции «Корзинка с котятами»). Изучение I Por de bras.

### **2.3 Классический экзерсис. Введение.**

Теория: Понятия: «птичка», «утюжок». Терминология классического экзерсиса.

Практика: Упражнения: «Птичка» (оттянутый носок вперед, в стороны). «Утюжок» (стопа сокращена, вынос ноги на пятку вперед и в стороны)

Экзерсис у станка (лицом к станку):

- demi plié по 1-ой позиции;
- grand plie по 1-ой позиции;
- battement tendu в сторону по 1-ой позиции;
- plie-releve по 6-й позиции. *Приложение 5* (словарь хореографических терминов).

### **2.4 Экзерсис на середине зала. Введение.**

Практика: Простейшие шаги:

- простой сценический шаг с носочка;

- шаги с хлопками;
- шаги с выносом ноги на воздух.

Прыжки:

- трамплинные прыжки по 6 позиции ног;
- перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением («лошадки»).

## **2.5 Партерный экзерсис. Введение.**

Практика:

Упражнения для стоп:

- сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции.

«Лягушка», «Бабочка»:

- сидя;
- лежа на спине.

Упражнения на гибкость вперед:

- «Складочка» по 6 позиции ног

Силовые упражнения для мышц живота:

- Лежа на коврике, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз.

Силовые упражнения для мышц спины;

- «Банан». Из положения - лежа на животе, одновременное подъем и опускание ног и туловища.

Упражнения на развитие шага:

- лежа на полу, grand battement jete по 6 позиции вперед.

## **2.6 Речедвигательные игры и упражнения.**

Теория: Координация функций движения и речи. Дыхательная система.

Практика: Игры и упражнения на координацию речи с движением (Игры «Говорливый ручеек», «Воробей».) *Приложение 6*

## **2.7 Постановка сюжетно-образного танца.**

Теория: Образы в танце.

Практика: Темы сценических постановок сюжетных танцев:

- с героями сказок («Незнайка», «Красная шапочка», «Гномики» и т.д.);
- с образами из мира природы (цветы, бабочки и т.д.).

Представление образа и героев танца, импровизация под музыку.

## **2.8 Репетиционная работа.**

Практика: Работа над техникой исполнения движений. Отработка танцевальных комбинаций. Отработка ансамблевого исполнения. Работа над выразительным и эмоциональным исполнением танца. Репетиции в костюмах.

## **2.9 Промежуточная аттестация «Радуга талантов».**

Практика: Открытое занятие для родителей «Радуга талантов». Подведение итогов, планы на новый учебный год.

## **Раздел 3. Творческая деятельность.**

### **3.1 Тайны закулисы.**

Теория: Устройство сцены: занавес, кулисы, декорации.

Практика: Беседа: «Пока занавес закрыт» о культуре поведения во время концертов за кулисами в зале.

#### **Раздел 4. Досуговая деятельность**

### **3.2 Досуговые и массовые мероприятия.**

Практика: Подготовка и участие в конкурсno-игровых программах, массовых мероприятиях.

## **Второй год обучения**

### **Вводное занятие.**

Теория: Цели и задачи второго года обучения. Перспективы занятий, постановочной и репетиционной работы. Праздничные даты и подготовка к ним. Инструктаж по технике безопасности.

## **Раздел 1. Ритмика**

### **1.1 Мелодия и движения.**

Теория: Сильная – слабая доля. Акцентировка на сильную долю такта в шагах.

Практика: Упражнения на повторение материала, изученного на первом году обучения, с последующим его усложнением. Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Выделение сильной доли.

### **1.2 Музыкально-танцевальные упражнения.**

Теория: Маршевая и танцевальная музыки.

Практика: Слушание музыки. Определение ее характера. Упражнения на умение отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный и т.д.).

- маршировка в темпе и ритме музыки;
- шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево;
- маршировка с перестроением.

### **1.3 Танцевально-ритмические упражнения.**

Теория: Ритмический рисунок. Правила выполнения различных ритмических рисунков.

Практика: Упражнения на развитие у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений: ритмические диктанты, «ритмическое эхо» (учащиеся повторяют по памяти ритмический рисунок прослушанной музыки (фразы, предложения). Танцевальные шаги и бег в соответствии с музыкальными длительностями и музыкальными размерами:

- танцевальный шаг в продвижении вперёд и назад;
- шаг на полупальцах в продвижении вперёд и назад;
- шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах;
- лёгкий бег; бег, сгибая ноги сзади; бег, вынося прямые ноги вперёд;
- подскоки;
- галоп.

### **1.4 Партерная гимнастика. Начальный этап.**

Практика: Комплекс упражнений партерной гимнастики, направленных на развитие природных физических данных детей.

**УПРАЖНЕНИЯ:**

- тазобедренных и коленных суставов («бабочка», «лягушка»);
- на подвижность голеностопного сустава;
- позвоночника, упражнения на развитие спины (лодочка, корзинка, стрела);
- на развитие и укрепление брюшного пресса (подъем ног на 90 градусов);
- напряжение и расслабление ног.

### **1.5 Игрогимнастика**

Практика: Игры и упражнения на развитие:

- пространственной ориентировки (игра: «Змейка»);
- представления схемы собственного тела (игры: «Голова, плечи, колени, носки», «Пробуждение зайки»); *Приложение 2*
- слаженности и согласованности действий в игровых ситуациях, в малых и больших группах;
- темпо-ритмических навыков.

### **1.6 Танцевальные этюды**

Практика: Этюды на развитие исполнительских навыков и формирования умения применять их в более сложных последовательностях движений, ритмической и образной организации:

- «Солнышко и Тучка»;
- «Птичка»;
- «Пробуждение» и т.д. *Приложение 3.*

### **1.7 Эмоциональная выразительность в танце.**

Практика: Восприятие музыки, ее настроение и характер, содержание. Выражение эмоций в движении под музыку. Игровые задания на:

- эмоциональную выразительность в танце («Запрещенное движение»; «Мяч и насос»; Игра «Скульптор и глина»; Игра с песком; «Солнышко и тучки»);
- выражение эмоций в движении под музыку («Летающие листья»; «Дождь идет»; «Радость и грусть»);
- раскрепощение, снятие зажатости, внутренних зажимов, агрессии (Я – мои друзья»; «Ссора котов»; «Волшебное зеркало»; «Машинки»; «Танец теней»; «Огонь-лёд» и т.д.). *Приложение 4*

### **1.8 Промежуточная аттестация.**

Практика: Выявление уровня эффективности реализации программы.

Выполнение детьми заданий:

- на определение ритмического рисунка;
- на свободную ориентацию в пространстве;
- на передачу в движении характера музыки, танцевальных этюдов.

Проведение открытого занятия «Новогодний вернисаж». Рефлексия.

## Раздел 2. Танцевальная азбука

### 2.1 Сказка в балете.

Теория: Великий композитор П.И. Чайковский. Его «детские» балеты.

Практика: Просмотр и обсуждение видеоролика «История «Щелкунчика».

Д/з на выбор:

- рассмотрение иллюстраций к сказке «Щелкунчик»;
- просмотр балета П.И. Чайковского «Щелкунчик».

### 2.2 Классический экзерсис. Начальный этап.

Теория: Терминология классического экзерсиса.

Практика: Повторение первого года обучения с усложнением изучаемого материала.

- Позиции ног – 1, 2, 3, 6.
- Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3.

Экзерсис у станка (лицом к станку):

- постановка корпуса по 1-ой позиции;
- demi plié по 1-ой и 2-ой позиции;
- grand plié по 1-ой и 2-ой позиции;
- battement tendu в сторону и назад по 1-ой позиции;
- battement tendus jete в сторону и назад по 1-ой позиции;
- plie-releve по 6-й и 1-ой позиции. *Приложение 5*

### 2.3 Экзерсис на середине зала. Начальный этап.

Практика: Основные ходы:

- шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад;
- танцевальный шаг назад в медленном темпе;
- шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад);
- relleve по 1,2,3 позициям;
- шаг галоп;
- приставной шаг;
- бег на полупальцах.

Прыжки:

- трамплинные прыжки по 1 и 6 позиции ног;
- sotte по 1,2,6 поз.;
- подскоки на месте.

I, II Por de bras

### 2.4 Партерный экзерсис. Начальный этап.

Практика: Повторение материала первого года обучения.

Упражнения для стоп:

- лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола (сокращенная I позиция), вытянуть стопы по I позиции.

«Лягушка»:

- лежа на животе;
- сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в «замок», подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса.

Упражнения на гибкость вперед:

- «Складочка» по I позиции.

Развитие гибкости назад:

- лежа на животе, port de bras назад с опорой на предплечья, ладони вниз-«поза сфинкса»;

Силовые упражнения для мышц живота:

- «Уголок» из положения - сидя, колени подтянуть к груди.

Силовые упражнения для мышц спины;

- «Лодочка» перекаты на животе вперед и обратно.

Упражнения на развитие шага:

- лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок).

## **2.5 Речедвигательные игры и упражнения.**

Практика: Игры и упражнения («Овощи»; «Домашние птицы»; «Дикие звери»; «Космос»; «Цветы»), способствующие развитию координационно-регулирующих функций речи и движения. *Приложение 6*

## **2.6 Постановка детского танца.**

Практика: Постановка танца с опорой на освоенные танцевальные элементы. Ознакомление учащихся с музыкальным оформлением танца.

## **2.7 Репетиционная работа.**

Практика:

- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- отработка четкости и чистоты в рисунках, построений и перестроений;
- работа над техникой танца;
- выразительность и эмоциональность исполнения;
- репетиции в костюмах.

## **2.8 Промежуточная аттестация «Радуга талантов».**

Практика: Выявление уровня эффективности реализации программы. Открытое занятие для родителей «Радуга талантов». Отчётный концерт. Подведение итогов, планы на новый учебный год.

# **Раздел 3. Творческая деятельность**

## **3.1 Концертная деятельность.**

Теория: Сценическая площадка. Правила поведения на сцене во время концертов. Правила поведения во время открытых занятий. Психологический настрой учащихся.

Практика: Концертные выступления.

## Раздел 4. Досуговая деятельность

### 4.1 Досуговые и массовые мероприятия.

Практика: Участие в конкурсно-игровых программах, массовых мероприятиях. Рефлексия после проведенного мероприятия.

## Третий год обучения

### Вводное занятие.

Теория: Подведение итогов прошедшего года. Цели и задачи третьего года обучения. Перспективы занятий, постановочной и репетиционной работы. Праздничные даты и подготовка к ним. Инструктаж по технике безопасности.

## Раздел 1. Ритмика

### 1.1 Мелодия и движения.

Теория: Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы.

Практика: Повторение материала, изученного в предыдущих годах обучения, с последующим его усложнением. Изучение комплекса упражнений, построенных на основе взаимосвязи движений и музыки. Подбор выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

### 1.2 Музыкально-пространственные упражнения.

Теория: Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотношение пространственных построений с музыкой.

Практика: Музыкально-пространственные упражнения:

- повороты, шаги по диагонали, перестроения в круг, из круга в колонну, шеренгу;
- движение по линии танца, против линии танца;
- танцевальные шаги в образах;
- смена рисунка в танце.

### 1.3 Музыкально-ритмические этюды и игры.

Практика: Этюды и игры:

- с предметами (мяч, скакалка, обруч, шарф, лента и т. д.);
- с использованием детских музыкальных инструментов (бубнов, колокольчиков, маракас, ложек, барабана и т. д.);
- музыкально-ритмические, сочиненные самими учащимися;
- музыкально-ритмические (сюжетные и ролевые).

### 1.4 Танцевально-двигательные упражнения.

Практика: Танцевальные шаги и бег в соответствии с музыкальными длительностями и музыкальными размерами:

- танцевальный шаг в продвижении вперед и назад;
- шаг на полупальцах в продвижении вперед и назад;

- шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах;
- лёгкий бег; бег, сгибая ноги сзади; бег, вынося прямые ноги вперёд;
- подскоки;
- галоп.

Прыжки (на двух ногах на месте, в продвижении вперёд, в повороте вокруг себя) на разные музыкальные длительности и ритмические рисунки.

### **1.5 Партерная гимнастика.**

Практика: Повторение пройденного материала с усложнением изучаемого.

#### **Упражнения:**

- на развитие тазобедренных и коленных суставов («бабочка», «лягушка»);
- на подвижность голеностопного сустава;
- позвоночника, упражнения на развитие спины (лодочка, корзинка, стрела);
- на развитие и укрепление брюшного пресса (подъем ног на 90 градусов);
- напряжение и расслабление ног (приучают к ощущению вытянутой ноги, в том числе и пальцев ног и всей стопы);
- с элементами акробатики («колесо»).

### **1.6 Игрогимнастика.**

Практика: Игры и упражнения, способствующие развитию:

- координации;
- пространственной ориентировке;
- осознанию схемы собственного тела;
- умению выполнять коллективные, согласованные действия (игры: «Земля, луна, воздух», «У ребят порядок строгий»); *Приложение 2*
- развитию зрительно-двигательной координации.

### **1.7 Танцевальные этюды.**

Практика: Создание и изучение танцевальных этюдов на праздники/ массовые мероприятия:

- выбор сказочного персонажа/ животного и т.д. для этюда;
- обсуждение характеров персонажей будущих этюдов (гномики, зайчики, котята и т.д.);
- упражнения на развитие воображения и фантазии;
- выбор характерной мимики, движений, пластики, походки т.д. персонажа;
- отработка отдельных движений;
- составление танцевальных этюдов учащимися.

### **1.8 Эмоциональная выразительность в танце.**

Практика: Прослушивание разнохарактерных музыкальных фрагментов.

Обсуждение эмоционального впечатления и характера прослушанной музыки. (настроение, лад, темп и т.д.). Игровые задания на:

- эмоциональную выразительность в танце («Слушай хлопок!»; «Пилка дров»; «Переход»; «Отдых»; «Сон на берегу моря»; «Это я! Это моё!»);
- выражение эмоций в движении под музыку («Природа»; «На рыбалке»; «Хорошая - плохая погода»);
- раскрепощение, снятие зажатости, внутренних зажимов, агрессии («Я – мои друзья»; «Ссора котов»; «Волшебное зеркало»; «Машинки»; «Спонтанное движение под музыку»; «Шум и тишина»; «Парус корабля»; «Облачко»; «Хвалим себя» и т.д.). *Приложение 4*

### **1.9 Промежуточная аттестация.**

Практика: Открытое занятие «Новогодний вернисаж». Выполнение детьми контрольных заданий: на свободную ориентацию в пространстве и передачу в движении характера музыки, танцевальных этюдов.

## **Раздел 2. Танцевальная азбука**

### **2.1 Сказка в балете.**

Теория: С. С. Прокофьев. Русский и советский композитор, пианист, дирижёр, музыкальный писатель.

Практика: Видеоурок «Уроки музыки. С. С. Прокофьев. Балет «Золушка»».

Д/з: просмотр фрагментов балета С.С. Прокофьева «Золушка».

### **2.2 Классический экзерсис.**

Теория: Терминология классического экзерсиса.

Практика: Изученные движения экзерсиса в различных сочетаниях (с нарастанием темпа, усложнением координации движений).

Позиции ног – 1, 2, 3, 5, 6.; Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3.

Экзерсис у станка (лицом к станку):

- постановка корпуса по 1-ой и 5-ой позиции ног;
- demi plié по 1-ой, 2-ой, 5-ой позиции;
- grand plié по 1-ой, 2-ой, 5-ой позиции;
- battement tendu в сторону и назад по 1-ой, 5-ой позиции;
- battement tendu jete в сторону и назад по 1-ой, 5-ой позиции;
- rond de jambe par terre (en dehor и en dedan);
- grand battement jete I и V позиция – в сторону, назад;
- plie-releve по 6-й и 1-ой позиции. *Приложение 5*

### **2.3 Экзерсис на середине зала.**

Практика: Основные ходы и связующие ходы:

- relleve по 1,2,3 и 5 позициям;
- боковой, прямой галоп;
- pas de bourré;
- бег на полупальцах.

Прыжки:

- трамплинные прыжки по 1, 5 и 6 позиции ног;
- sotte по 1,2,5 и 6 поз.;

- подскоки на месте и с продвижением;
- перескоки с ноги на ногу;
- прыжки с поджатыми ногами.

I, II; III Port de bras

## 2.4 Партерный экзерсис.

Практика: Повторение материала, упражнений предыдущего года обучения:

- «Лягушка» (в положении сидя, лежа на спине, лежа на животе; сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в «замок», подтянув стопы к себе и т.д.).
- Упражнения на гибкость вперед:
  - «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы;
  - «Складочка» по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны;
- Упражнения на развитие гибкости назад:
  - лежа на животе, port de bras на вытянутых руках;
  - «Колечко» с глубоким port de bras назад;
  - стоя на коленях, скручивание корпуса с наклоном вправо назад, правой;
- Силовые упражнения для мышц спины:
  - «Самолет» (из положения - лежа на животе, подъем и опускание туловища с разведёнными руками в сторону);
  - «Лодочка» (перекаты на животе вперед и обратно).
- Упражнения на развитие шага
  - лежа на полу, battements releve lent на 90° по I позиции вперед;
  - лежа на полу, grand battement jete по I позиции вперед;
  - лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок), медленно развести ноги в стороны до шпагата, собрать ноги в I позицию вверх.

Шпагаты: прямой, на правую, на левую ноги.

## 2.5 Речедвигательные игры и упражнения.

Практика: Игры и упражнения, способствующие:

- развитию координационно-регулирующих функций речи и движения;
- ассоциации между выразительными движениями и предлагаемыми персонажами сказок, стихов, драматизации;
- формированию способности к выразительности пластической интерпретации произведений. *Приложение 6*

## 2.6 Элементы народного танца.

Теория: Сюжеты и темы некоторых народных танцев. Особенности народных движений (русские, восточные). Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах.

Практика: Позиции рук: 1; 2; 3; на талии. Шаги:

- шаг с притопом;
- переменный шаг;
- приставной шаг.

Изучение движений народного танца: «гармошка»; «ковырялочка»; подготовка к «верёвочке».

### **2.7 Импровизация в танце и игре.**

Практика: Игровые ситуации под музыку для развития воображения, умение выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, веселье и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Пробуждение ростка», «Марионетки», танец-игра «Звездочки», «Воздушные шарики» и др. *Приложение 7*

### **2.8 Постановка массового детского танца.**

Теория: Рисунок танца.

Практика:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции, которые исполняются сразу всеми детьми группы;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

Например:

- Хоровод «Рябинушка» (сл. С. Чиченковой, муз. А. Евтодьевой);
- «Сапожки русские» (сл. А. Щербань, муз. Н. Кудрин);
- «Балалаечка» (автор Т. Морозова) и др.

### **2.9 Репетиционная работа.**

Практика:

- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- отработка четкости и чистоты в рисунках, построений и перестроений;
- работа над техникой танца;
- выразительность и эмоциональность исполнения;
- репетиции в костюмах.

### **2.10 Итоговый контроль.**

Практика: Выявление уровня эффективности реализации программы. Открытое занятие для родителей «Радуга талантов». Отчётный концерт. Подведение итогов.

## **Раздел 3. Творческая деятельность.**

### **3.1 Концертная деятельность.**

Практика: Концертные выступления, конкурсные мероприятия, демонстрация обучающимися навыков, умений и творческих достижений, приобретенных за время обучения.

## **Раздел 4. Досугово-воспитательная деятельность**

### **4.1 Досуговые и массовые мероприятия.**

Практика: Проведение досуговых мероприятий, конкурсно-игровых программ. Участие в массовых мероприятиях. Рефлексия после проведенного мероприятия.

#### **4.2 Воспитательные мероприятия.**

Теория: Родной край. Саратов - малая родина.

Практика: Обсуждение с учащимися, вопросов, связанных с историей и культурой родного края, России. Практические задания. Рефлексия.

### **1.5 Формы контроля и промежуточной аттестации**

На протяжении всего периода реализации ДОП «Мир танца. Начало пути» ведется педагогический мониторинг, целью которого является определение уровня освоения учащимися знаний, умений и навыков в полном объеме. Основная задача мониторинга – непрерывное отслеживание состояния образовательного процесса, определение достижения/недостижения цели образовательного процесса, выявление динамики в развитии учащегося по сравнению с результатами предыдущих диагностических исследований.

Основными видами **контроля и аттестации** учащихся являются:

- текущий контроль (на каждом занятии)
- промежуточная аттестация (в конце полугодий в декабре и мае)
- итоговый контроль по завершении реализации программы (май)

#### **Формы текущего контроля:**

- устный опрос;
- задание;
- визуальный контроль.

**Формы промежуточной аттестации:** выступление учащихся на отчетном концерте, массовых мероприятиях, открытых занятиях и др.

**Итоговый контроль** может проходить в форме конкурса, фестивали, отчетного концерта.

## **2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1 Методическое обеспечение**

Программа разработана с учетом современной нормативной базы, а также учрежденческих локальных актов.

Срок реализации данной программы – три года.

Программа ориентирована на знакомство детей с танцем, активное приобщение к хореографическому искусству. Основной формой подачи учебного материала являются игровые упражнения, которые отражают ведущую форму деятельности детей дошкольного возраста и предполагают создание психологически комфортной и высоко мотивационной атмосферы, обеспечивающее плавное введение учащихся обучения в мир хореографии.

В образовательном процессе применяются следующие современные педагогические технологии и методы обучения:

### **Технология игрового обучения**

Содержание программы строится на приоритетном использовании игровой технологии, обеспечивающей ситуации успеха для каждого учащегося, что способствует интеллектуальному, эмоциональному и индивидуальному развитию ребенка.

Учебный материал также преподносится в игровой форме. Все используемые игры (игры на подражание, сюжетно-ролевые, музыкальные, на развитие слуха, памяти и пр.) способствуют оптимальной подготовке детского организма к более высоким психическим и физическим нагрузкам. Чередование развивающих игр и физической нагрузки сбалансировано, чтобы учащиеся не переутомлялись во время занятий, а также прочно усваивали материал.

**Технология развивающего обучения** применяется для развития у учащихся образного мышления, артикуляционного аппарата, метроритмических характеристик и т.д. На занятиях используются:

- упражнения для развития зрительно-различительного восприятия размеров, форм, цветов, распознавания звуков, определения пространства и времени;
- задания на развитие памяти и внимания «Запомни фразы», «Делай как я!», «Стоп, хлопок, раз», «Слышать шум», «Делай как я!»;
- задания и игры на развитие артикуляционного аппарата и речи «Чистоговорки», «Ра-ра-ра-начинается игра», «Шелест ветра»; «От топота копыт...»; «Снежинка на ладони»;
- упражнения на эмоциональное и музыкальное развитие «Музыкальный календарь природы», «Такая разная музыка»; «Солнышко»;
- игры на развитие восприятия (игра «Охранник») и т.д.

Обязательным элементом каждого занятия является **самостоятельная** деятельность учащихся.

### **Технология педагогической поддержки**

В образовательном процессе широко применяются приёмы педагогической поддержки (поощрение, похвала, одобрение, доверие, не упоминание об ошибках; проявление сопереживания, сочувствия).

Приемы скрытой педагогической поддержки: безадресное упоминание об ошибках; мнимое, деланное безразличие, переключение внимания; намек, предположение, высказанное без адреса; изменение задания, поручения; стимулирование, состоятельности.

Использование **здоровьесберегающих технологий** даёт возможность для сохранения и укрепления физического здоровья учащихся, а также условий для:

- соблюдения санитарно-гигиенических норм;
- соблюдения правил ТБ;
- чередования видов учебной деятельности;
- оптимальной плотности занятий с учетом возрастных особенностей;
- пропаганды здорового образа жизни.

При проведении занятий педагог применяет различные дидактические материалы, составленные автором ДОП: картинки с изображениями (позиций ног, рук; соответствующими названиям упражнений); мячи; различные предметы, необходимые для выполнения тех или иных упражнений.

Основная форма образовательной деятельности занятие. Дидактическая цель влияет на выбор формы занятия:

- комбинированное;
- дидактическая сказка;
- занятие-игра/путешествие;
- репетиция;
- беседа;
- концерт, открытый урок.

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:**

- фронтальная;
- в парах;
- групповая.

**Основные методы обучения:**

**Наглядный:**

- непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку;
- опосредованный показ правильного исполнения;
- использование графических материалов, различных приспособлений при объяснении.

**Словесный:**

- объяснение;
- инструктаж;
- беседа;
- совместное обсуждение с ребенком вариантов правильного выполнения задания, что обеспечивает осмысленное, а не автоматическое выполнение.

**Практический:**

- разучивание движений, комбинаций, этюдов;
- отработка изученного материала;
- игры, импровизации и т. д.

**Видеометод:**

- просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве;
- обучение на основе видеоматериала.

**А также методы:** стимулирования, создания ситуации успеха, рефлексии.

## **2.2 Условия реализации программы**

***Материально-техническое обеспечение:***

- Помещение, оборудованное зеркалами, мобильными станками.
- Магнитофон.
- Телевизор.

- Ноутбук.

**Дидактические материалы:**

№	Наименование продукта	Форма
1.	<p>Учебные пособия по тематике направления «Хореография»:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бордовская, Н. В. Современные образовательные технологии. Учебное пособие / Н. В. Бордовская, Л. А. Даринская, С. Н. Костромина. М.: Кнорус, 2017. 432 с.</li> <li>2. Бриске, И. Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учеб. пособие / И. Э. Бриске. Челябин. гос. акад. культуры и искусств. – Изд. 2-е, перераб., доп. – Челябинск, 2013. – 180 с.</li> <li>3. Ваганова, А. Я. Основы классического танца. Серия Учебники для вузов. Специальная литература / А. Я. Ваганова. 6-е изд. СПб.: Издательство Лань, 2000. 192 с.</li> <li>4. Дрожжина Е.Ю., Обучение дошкольников современным танцам. Методическое пособие. / Е.Ю.Дрожжина, М. Б. Снежкова. М.: Центр педагогического образования, 2013. 64 с.</li> <li>5. Золотарева, А. В. Дополнительное образование детей: теория и методика социально-педагогической деятельности /А.В. Золотарева. Ярославль: Академия развития, 2004. 304 с.</li> <li>6. Матвеев, В. Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания. Учеб. пособие / В. Ф. Матвеев. СПб, 2022. 256 с.</li> <li>7. Меднис, Н. В. Введение в классический танец. Учебное пособие / Н. В. Меднис, С. Г. Ткаченко. СПб.: Планета музыки, 2018. 60 с.</li> <li>8. Нищева, Н. В. Логопедическая ритмика в системе коррекционно-развивающей работы в детском саду / Н. В. Нищева. СПб.: Детство-Пресс, 2018. 96 с. + CD</li> </ol>	Печатная форма
2.	<p>Видео- и аудио материалы для обеспечения занятий, массовых мероприятий:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Презентации к открытым занятиям («Встреча с Федорой»; «Радуга талантов»);</li> <li>• Презентации к КИП («Весенняя капель»; «Новогодняя сказка»; «Мама – первое слово»; «Дорожная азбука»);</li> <li>• Видеоролик «Как стать балериной».</li> </ul>	Электронные и цифровые ресурсы
3.	<p>Тематические папки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сценарии</li> <li>• инструктажи</li> <li>• картотека диагностических методик</li> <li>• карточки с играми, заданиями</li> </ul>	Печатная форма

**Кадровое обеспечение**

В реализации ДОП «Мир танца. Начало пути» занят один педагог дополнительного образования, имеющий:

- среднее специальное образование, по специальности «Руководитель хореографического коллектива»;
- высшее, «Психолого-педагогическое образование», бакалавр.

### 2.3. Календарный учебный график

Календарный учебный график реализации программы представлен в приложении.

### 2.4. Оценочные материалы

Личностное развитие учащихся объединения осуществляется посредством педагогического наблюдения за деятельностью учащихся и фиксируется в рабочей тетради педагога, а также методики Геворкяна Р.М. «Особенности проявления воли дошкольников».

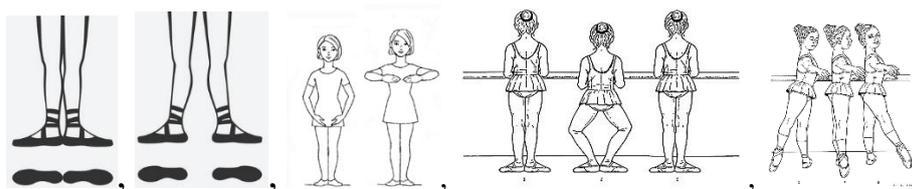
#### Примерные варианты контрольных упражнений на формирование и развитие основных навыков в хореографии

##### 1. Теоретических знаний

##### Викторина хореографических терминов:

Педагог показывает картинки, предлагая детям ответить на вопросы теста, с целью определить уровень теоретических знаний.

Пример:



##### 2. Чувства ритма

Повторить за педагогом ритмический рисунок, прохлопывая в ладоши.

Упражнение «Повтори»: Раз, два, три, четыре – стоим на месте руки на поясе. Пять, шесть, семь, восемь – хлопки перед собой. Четыре хлопка – громко, а четыре хлопка – тихо и наоборот. Четыре шага на месте – руки на поясе – четыре шага с хлопками над головой.

##### 3. Эмоциональности

Упражнение «Танцевальная импровизация»: Дети выражают свои эмоции в движении, в процессе прослушивания музыкального произведения: (сердито, весело, зло, хитро, храбро и т.д.).

##### 4. Памяти

Выучить танцевальную композицию (танцевальный номер) (для промежуточной и итоговой диагностики).

##### 5. Координации движений

Хореографические упражнения: «Шаги на полупальцах», «шаги с закрытыми глазами», «хлопки», «Хлопка с прыжками», «покачивания», «кружения», вободные и плавные движения руками, полуприседания, полное приседание, притопы, «фонарики», галоп, держимся в паре («лодочки»), ходьба вперед и назад, бег, прыжки на месте.

Выполнение контрольных заданий текущего контроля оценивается по следующим критериям.

#### Таблица 1. – Критерии оценки качества выполнения

## практических заданий

Балл	Критерии оценивания
3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Полное понимание специальной терминологии и умение самостоятельно продемонстрировать заданные элементы.</li> <li>2. Самостоятельно и правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца</li> <li>3. Учащийся эмоционален, подпевает во время движений, мимика богата и выразительна.</li> <li>4. Качественное и художественно осмысленное исполнение танцевальной композиции, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.</li> <li>5. Исполняет заданную комбинацию на координацию движений без ошибок, уверенно.</li> <li>6. Проявляет заинтересованность и желание в правильном выполнении заданий.</li> </ol>
2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понимание специальной терминологии и умение самостоятельно продемонстрировать заданные элементы после уточняющих вопросов педагогу.</li> <li>2. Выполняет композицию с некоторыми “помарками”, требуются подсказки.</li> <li>3. Мимика во время движений присутствует, но недостаточно эмоциональна и выразительна.</li> <li>4. Грамотное исполнение танцевальной композиции с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном).</li> <li>5. Исполняет комбинацию на координацию движений с небольшими недочетами, недостаточно уверенно.</li> <li>6. Проявляет заинтересованность в правильном выполнении задания</li> </ol>
1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Частичное знание специальной терминологии и умение продемонстрировать заданные элементы с помощью педагога.</li> <li>2. Испытывает затруднения в исполнении ритмического рисунка из-за рассеянности внимания.</li> <li>3. Ребенок неэмоционален, мимика бедна, движения невыразительны.</li> <li>4. Исполняет с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка.</li> <li>5. Исполняет комбинацию на координацию движений неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения.</li> <li>6. Задание выполняет, не проявляя заинтересованности в правильном его выполнении.</li> </ol>
0	Комплекс недостатков, являющихся следствием нерегулярных занятий, невыполнения программы учебного предмета. Проявляет безразличие не только к содержанию задания, но и к ситуации организации задания.

Отслеживание результативности освоения программного материала осуществляется в течение всего периода обучения и определяется по четырем уровням, характеризующимися 4-мя показателями. При оценивании каждому показателю присваиваются баллы.

**Таблица 2. – Показатели оценивания уровня реализации программы**

Показатель	Характеристика показателя	Балл
<b>Владение теоретическими</b>	Полное свободное владение теоретическими знаниями по танцевальной дисциплине в соответствии с годом обучения	4

<b>знаниями по танцевальной дисциплине в соответствии с годом обучения</b>	неполное владение теоретическими знаниями по танцевальной дисциплине в соответствии с годом обучения	3
	слабое усвоение теоретического программного материала соответствующего года обучения	2
	полное отсутствие теоретических знаний по танцевальной дисциплине в соответствии с годом обучения	1
<b>Точность движений, музыкальность и выразительность исполнения танцевальных комбинаций и этюдов</b>	Высокий уровень точности движений, музыкальности и выразительности исполнения танцевальных комбинаций и этюдов	4
	недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций с точки зрения координации движений и музыкальности	3
	неточное исполнение танцевальных комбинаций	2
	Непонимание задачи, поставленной педагогом и неумение выполнять танцевальные элементы	1
<b>Умение работать в ансамбле и владение навыками сольного исполнения танцевальных фрагментов</b>	Легко справляется с работой в ансамбле, на высоком уровне владеет навыками сольного исполнения танцевальных фрагментов.	4
	Хорошо справляется с работой в ансамбле, навыки сольного исполнения танцевальных фрагментов на хорошем уровне.	3
	Проявляются сложности с работой в ансамбле, недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций с точки зрения координации движений и музыкальности.	2
	Недостаточная сформированность навыков работы в ансамбле, неточное исполнение танцевальных комбинаций	1
<b>Участие в мероприятиях и конкурсах различного уровня</b>	Принимает участие всегда в конкурсах и мероприятиях различного уровня. Полное владение репертуаром коллектива соответствующего года обучения	4
	Принимает участие в мероприятиях различного уровня. Полное владение репертуаром коллектива соответствующего года обучения	3
	Принимает участие только в мероприятиях ЦДТ. Частичное владение репертуаром коллектива соответствующего года обучения	2
	Не принимает участие в конкурсах и мероприятиях. Ограниченное владение репертуаром коллектива соответствующего года обучения	1

Высокий уровень освоения программы 13–16 баллов;

Средний уровень освоения программы 10 –12 баллов;

Уровень освоения программы – ниже среднего 7–9 баллов;

Низкий уровень освоения программы 4–6 баллов.

## 2.5. Список литературы и электронных ресурсов

### Основная литература

1. Абрамова, Г. С. Психология развития и возрастная психология. Учебник для вузов и ссузов / Г. С. Абрамова. СПб.: Издательство Прометей, 2022. 708 с.
2. Бордовская, Н. В. Современные образовательные технологии. Учебное пособие / Н. В. Бордовская, Л. А. Даринская, С. Н. Костромина. М.: Кнорус, 2017. 432 с.
3. Бриске, И. Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учеб. пособие / И. Э. Бриске. Челябин. гос. акад. культуры и искусств. – Изд. 2-е, перераб., доп. – Челябинск, 2013. – 180 с.
4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца. Серия Учебники для вузов. Специальная литература / А. Я. Ваганова. 6-е изд. СПб.: Издательство Лань, 2000. 192 с.
5. Выготский, Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л. С. Выготский. М.: Перспектива, 2020. 125 с.
6. Золотарева, А. В. Дополнительное образование детей: теория и методика социально-педагогической деятельности / А.В. Золотарева. Ярославль: Академия развития, 2004. 304 с.
7. Лукьянова, Е. А. Дыхание в хореографии. Учебное пособие / Е. А. Лукьянова. СПб.: Планета музыки, 2018. 184 с.
9. Матвеев, В. Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания. Учебное пособие / В. Ф. Матвеев. СПб, 2022. 256 с.
10. Меднис, Н. В. Введение в классический танец. Учебное пособие / Н. В. Меднис, С. Г. Ткаченко. СПб.: Планета музыки, 2018. 60 с.
11. Нищева, Н. В. Логопедическая ритмика в системе коррекционно-развивающей работы в детском саду / Н. В. Нищева. СПб.: Детство-Пресс, 2018. 96 с. + CD
12. Проектирование и реализация разноуровневых дополнительных общеразвивающих программ: учебно-методическое пособие/ С.А. Пилюгина, Н.Г. Чанилова, Н.А. Полякова и др.– Саратов : ГАУ ДПО «СОИРО», 2020 .– 80 с.
13. Ступак, Л. Я. Использование фонетической ритмики в коррекции речевых нарушений у дошкольников / Л. Я. Ступак, И. С. Огородова, А. А. Чельшева, С. А. Кимяева, // Молодой ученый. 2017. №8. С. 371-374.
14. Успешный опыт реализации качественных и востребованных дополнительных общеобразовательных программ. / Н.Г. Чанилова, Н.А. Полякова и др.– Саратов: ГАУ ДПО «СОИРО», 2019. – 184 с. – ISBN 978-5-9980-0446-9

### Дополнительная литература:

1. Авдеева Ю. В. Коммуникативное развитие детей 5-7 лет / Ю. В. Авдеева. М.: Сфера, 2012. 64 с.

2. Анищенкова, Е. С. Логопедическая ритмика для развития речи дошкольников: пособие для родителей и педагогов. [Электронный ресурс] URL: <https://librolife.ru/g4430474>. Загл. с экрана. Яз. рус. (дата обращения 13.08.2023).
3. Давыдова, Г. В. Игры, считалки, загадки стихи для развития речи / Г. В. Давыдова. Ростов н/Д.: Феникс, 2012. 75 с.
4. Доби́на, Н. И. Развитие личности ребёнка 5-7 лет в детском саду / Н. И. Доби́на. Яр.: Академия развития, 2009. 192 с.
5. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа. Учебное пособие / Д. Зайфферт, перевод В. Штакенберг. СПб.: Планета музыки, 2018. 128 с.
6. Майстрова, Л. Ф. Хореография, ребенок и природа. Воспитание эмоционально-нравственного отношения к природе в 6-10 лет / Л. Ф. Майстрова. М.: Гном, 2014. 256 с.
7. Сергеева, Н. В. Безопасность. Знакомим дошкольников с источниками опасности / Н. В. Сергеева, Г.Я. Павлова, Н. Н. Захарова, А. Б. Старкова. М.: Сфера, 2013. 64 с.
8. Шорыгина, Т. А. Беседы о детях-героях Великой Отечественной войны / Т. А. Шорыгина. М.: Сфера, 2017. 80 с.

#### **Для родителей**

1. Красильников, Н. Н. 500 считалок, загадок, скороговорок для детей / Н. Н. Красильников. М.: Сфера, 2018. 96 с.
2. Комаровский, Е. О. Здоровье ребенка и здравый смысл его родственников / Е. О. Комаровский. М.: Эксмо, 2016. 592 с.
3. Ледлофф, Ж. Как вырастить ребенка счастливым. Принцип преемственности / Ж. Ледлофф, перевод И. Шарашкина, Л. Шарашкин. М.: Генезис, 2017. 207 с.
4. Сергеева, Н. В. Безопасность. Знакомим дошкольников с источниками опасности / Н. В. Сергеева, Г.Я. Павлова, Н. Н. Захарова, А. Б. Старкова. М.: Сфера, 2013. 64 с.
5. Трясорукова, Т. П. Игры перед сном. Игры на снижение психоэмоционального и скелетно-мышечного напряжения / Т.П. Трясорукова. Ростов н/Д: Феникс, 2018. 47 с.

#### **Для учащихся**

1. Андерсен, Х. К. Снежная королева / Х. К. Андерсен. М.: Стрекоза, 2017. 64 с.
2. Гофман, Э. Т. А. Щелкунчик и мышиный король. / Э. Т. А. Гофман.; пер. с нем. А. Л. Соколовский. СПб. Азбука, 2021. 192 с.
3. Перро, Ш. Сказки / Ш. Перро.; пер. с франц. Л. Н. Едисеева, М. Михайлов. М.: Малыш, 2023. 96 с.
4. Семина, И. К. Семь сказок о добре и зле / И. К. Семина. М.: Речь, 2015. 144 с.

## 2.6. Приложение

### ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

#### «Кошка»

*Кошка очень хороша,  
Ходит мягко, не спеша.  
Сядет, умывается,  
Лапкой вытирается.*

дети идут мягким «пружинным» шагом

останавливаются и выполняют образное движение «кошка умывается».

#### «Щенок»

*Вот щенок озорной.  
Он с лохматой головой,  
Бегаёт и лает,  
Во дворе играет.*

Выполняется легкий «пружинный» бег (можно с небольшим покачиванием из стороны в сторону «озорной»);

руки согнуты в локтях перед грудью (как «лапки» у собачки), кисти свободные;

голова («мордочка» у собачки) приподнята.

Дети могут переходить с легкого бега на прыжки. Главное – отразить в движении игровой образ, «превратиться» в веселого «щенка».

#### «Заводные игрушки»

*Посмотрите, в магазине  
Все игрушки на витрине:  
Заводные зайчики,  
Куколки и мячики,  
Пушистые котята,  
Матрешки, медвежата  
Все на полочках сидят,  
С нами поиграть хотят.*

Детям предлагается посетить магазин игрушек и выбрать для себя или своего друга в подарок самую лучшую, самую красивую игрушку.

*Вот солдатики стоят,  
Начинается парад!*

маршируют друг за другом или врассыпную, подражая игрушечным солдатам.

*Раз, два, три, четыре,  
пять*

*Начинаем мы шагать.*

*Вот бегут машины,  
Шуршат своими шинами.  
Желтые и красные — Все  
такие разные.*

Выполняется дробный топающий шаг с продвижением вперед. Взрослый обращает внимание на положение корпуса ребенка: спинка прямая, голова вниз не опускается, ноги слегка согнуты в коленях. Движение может исполняться с постепенным ускорением и замедлением.

*Бум-бум, тра-та-та!  
Барабан гремит с утра  
Зайчики играют,  
Лапкой ударяют.*

имитируется игра на барабане и выполняются легкие прыжки на двух ногах (то на одной, то на другой ноге попеременно).

*Вот матрешки-крошки.  
Пестрые одежки,  
Яркие платочки,  
Розовые щёчки.*

дети выполняют легкие пружинящие, движения, одна рука находится на поясе, другая, с воображаемым платочком, поднимается вверх. Одновременно с выполнением «пружинки» имитируется помахивание платочком.

*Вот забавная мартышка,  
Обезьянка-шалунишка.  
Раз и два, опять наклон!  
Хочет поиграть хвостом!*

руки сгибают в локтях, развернув ладони наружу и растопырив пальчики. Под текст выполняются наклоны в одну и в другую стороны.

Игра «**Паровоз**»:

*Загудел паровоз и вагончики повёз,  
Чух-чух-чух далеко я укачу.*

Дети строятся «паровозиком», кладут руки друг другу на плечи. Под текст двигаются дробным топающим шагом. С окончанием текста дети «выходят из вагончиков» и собирают цветы, осенние листочки. По сигналу снова занимают места в вагончиках.

Игра «**Весёлая карусель**»

*Еле-еле, еле-еле  
закружили карусели  
А потом, потом, потом  
Все бегом, бегом, бегом.  
Подождите, не спешите,  
карусель остановите  
Раз, два, раз, два  
Вот и кончилась игра*

Педагог предлагает детям рассказать, на чем они ехали, когда кружились карусели. Дети рассказывают и импровизируют движения. Героями таких игр-импровизаций могут быть слоны, зебры, лошадки, крокодилы, обезьянки, медведи, козы и другие животные.

Игра «**Голова, плечи, колени, носки**»: Выполняют руками движения, которые сопровождают каждую строчку стиха.

*Голова и плечи, коленки и носки,  
коленки и носки, коленки и носки.*

*Голова и плечи, колени и носки,*

Игра «**Пробуждение зайки**»:

Дети выполняют движения согласно тексту:

*Серый зайка просыпается,  
В гости к другу собирается,  
Вымыл ножки, застегнул сапожки  
И коленочки потёр, как учил его бобёр  
Вымыл носик, вымыл глазки,  
Правое ухо, левое ухо.  
Вытер всё и стало сухо.*

Игра: «**Земля, луна, воздух**»: Когда педагог будет говорить «Земля», дети должны присесть, «Луна» - встать, руки вверх; «воздух» - встать, руки в стороны.

Игра «**У ребят порядок строгий...**»:

Дети маршируют по залу и произносят слова:

*У ребят порядок строгий,  
Знают все свои места,  
Ну-ка быстро повторите так,  
Как покажу вам я!*

После последней строчки педагог показывает, как нужно построиться:

Руки перед собой округлые – в круг,  
Руки в стороны на уровне плеч – шеренгу,  
Две вытянутые перед собой руки – в колонну.

**«Солнышко и Тучка»**

Этюд построен на основе контрастных образов: веселое солнышко и хмурая тучка, а также контрастных движений: подъем на полупальцы и опускание в полуприседание. Большое значение здесь играет выражение лица, его эмоциональная окраска: Солнышко лукавое, веселое, а Тучка хмурая, недовольная. Образы характеризуются разным положением рук: у Тучки руки раскрыты в стороны, она как бы закрывает Солнышко; Солнышко вытягивает руки вверх, пальчики растопырены, как лучики.

Музыкальным оформлением может быть любая мелодия на 2/4 в умеренном темпе (например, «Улыбка» В. Шаинского). Обязательным должно быть изменение интонации и окраски звука на движения Солнышка и Тучки.

**«Птичка»**

Этюд построен на основе движений головы и рук так, что ассоциируется с действиями птички, которая собирается в дорогу. Она зовет своих подруг, пьет водичку, чистит, расправляет крылья и улетает.

Основные движения: повороты и наклоны головы, подъем вытянутых рук вверх, сгибание их в локтях, сбрасывающие движения кистями.

Этюд сочинен на музыку М. Двилянского «Воробей».

Этюд может исполняться каждым ребенком отдельно или в парном варианте. В этом случае дети стоят лицом друг к другу, большое внимание уделяется общению исполнителей посредством предложенных движений.

**«Пробуждение»**

Этюд направлен на постановку корпуса, головы, воспитание чувства красоты и доброты, развитие выразительности движений рук. Музыкальное сопровождение – нежная, неторопливая музыка, напоминающая рассвет. Ассоциативные образы: солнышко, дети, солнышко на небо поднимается, дети умываются, цветы распускаются.

Этюдные формы в сочетании с упражнениями способствуют эмоциональному раскрепощению детей, формированию естественности исполнения танцевальных движений, развитию коммуникативных навыков.

**Игровые задания на эмоциональную выразительность в танце**  
**1 год обучения**

**Повтори позу!**

В центре круга учеников - ведущий. По первому сигналу педагога ведущий кидает свое тело в неожиданную позу. По второму сигналу все ученики воспроизводят позу ведущего, и каждый из них находит позу свое оправдание. Ведущий принимает их работу.

Первый сигнал может быть дан не педагогом, а учениками, стоящими в кругу, - они одновременно хлопают в ладоши.

**Упражнение змейка.**

**Игра «зеркало».**

Дети распределяются на пары и договариваются, кто будет «Зеркалом» и кто - «Человеком, смотрящимся в зеркало».

Далее дети принимают любые позы, а «Зеркало» повторяет их с максимальной точностью. После 3-4 поз партнеры меняются местами.

**На берегу моря** (на напряжение и расслабление мышц рук)

Дети играют на берегу моря. Плещутся в воде. Вдоволь накупавшись, дети выходят из воды и ложатся на прогретый солнцем песок пляжа... Закрываются глаза от яркого солнца. Раскидываются в приятной лени руки и ноги.

**2 год обучения**

**Запрещенное движение.**

Один из учеников - ведущий.

- Следите за руками ведущего и повторяйте все его движения. Условимся об одном запрещенном для вас движении - вниз. Как только руки ведущего пойдут вниз, ваши должны взлететь вверх. Все другие движения рук ведущего повторяйте. Мой удар по столу - сигнал немедленной остановки для ведущего и для вас. Вы оправдываете то положение рук, какими они оказались в момент сигнала.

**Игра «Скульптор и глина».**

Дети распределяются парами и занимают свободное место в зале. Договариваются между собой, кто из них «Скульптор», а кто - «Глина».

Скульпторы лепят из Глины: животных, спортсменов, игрушки, сказочных персонажей. Затем играющие меняются ролями.

Примечание: выбирается несколько экспертов, которые отгадывают, что слепил Скульптор. После разгадки Скульптора (Глина) расколдовывается и перестает сохранять позу.

**Игра с песком** (на напряжение и расслабление мышц рук)

**3 год обучения**

**Слушай хлопок!**

Цель игры: Стимулировать внимание, учить быстро и точно реагировать на звуковые сигналы.

Дети шагают под «Марш». Когда ведущий хлопает в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопает два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в сторону, руки между ногами на полу). На три хлопка, играющие возобновляют ходьбу.

**«Переход».**

Нужно пройти «по тонкому льду» из конца в конец класса, от одной стены до другой. Потом нужно так же пойти по «вспаханной земле», «босиком по гравию», «по холоденькой траве с росой», «по углям», «по колени в снегу». Меняя предлагаемые обстоятельства, мы меняем логику поведения будущих артистов. Их основная задача — поверить и подлинно действовать в вымысле. С помощью этого упражнения достигается мышечная свобода. Важно начинать именно с ног, потому что они наименее

Выразительны у современного человека, атрофированы как инструмент творчества. Упражнение выполняется в сфере воображения, как и все остальные, но, прежде всего, мы обращаем внимание на ощущения и действия ног.

**Отдых. Сон на берегу моря.** Дети слушают шум моря. Ведущий говорит детям, что им снится сон, и рассказывает его содержание: дети видят во сне то, что они делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). (Пауза). Ведущий сообщает, по какому сигналу дети проснутся (по счету, когда заиграет дудочка и т.д.). (Пауза). Звучит сигнал. Дети энергично (если, этого требует ситуация, медленно и спокойно) встают. Тренировка закончена.

*Этюды на выразительность жеста. Мимика, пантомимы.*

**Это я! Это моё!**

Ребенок разговаривает с глухой бабушкой, которая оказывается ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук: ничего-то бабушка не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя играющего), «Чьи это книги?», «Чьи игрушки?» и т.п. Мальчик отвечает жестом.

В предлагаемых упражнениях играющие делятся на две команды: одни загадывают загадки, изображают, а другие отгадывают. В ходе игры команды меняются заданиями.

**Упражнения на выражение эмоций в движении под музыку**

### **1 год обучения**

**«Под дождиком»**

Дети начинают бегать под «дождиком», подставляя ладошки под его «капли». Музыка начинает звучать тревожнее, в лесу – настоящий ливень! Взрослый открывает зонт и зовет детей, предлагая спрятаться от дождя. Педагог под зонтом с радостью встречает детей, имитирует движения – как будто вытирает им носики, ручки, стряхивает капли дождя с одежды, приглашая делать то же самое и детей.

**«Ежи»**

Педагог просит детей подойти к зеркалу и имитировать движения, характерные для ежа, сопровождая их звукоподражанием: «пых-пых». Звучит тревожная музыка. Педагог просит показать, что делают ежи, когда они испуганы, боятся. Дети «сворачиваются» в клубочек (сгибают спинку). Педагог просит предположить: что или кто так напугал ежей? Дети предлагают свои варианты ответов.

Звучит спокойная музыка. Педагог сообщает, что опасность миновала, и предлагает «ежам» развернуться, потянуться, потом полежать, отдохнуть на лесной полянке.

### **2 год обучения**

**«Летящие листья»**

Последний листок (ребенок берет один листок),

Унеси меня в лесок

(держит его перед собой двумя руками).

Ветер дунул (дует на листок и бежит,

Держат листок перед собой)-

Я лечу, лечу, лечу...

**«Радость и грусть»**

Стоя перед зеркалом, вместе с педагогом дети изображают на лице грусть и радость.

### **3 год обучения**

**«Природа»**

Педагог просит детей изобразить деревья (дети поднимают руки и раскачиваются, шевеля пальцами-листочками), потом - ветер (дуют), град (стучат пальцами по полу).

**«На рыбалке»**

Педагог приглашает всех детей к воображаемой реке и предлагает угадать, что он будет сейчас делать. Педагог имитирует ловлю рыбы, изображая разные эмоциональные состояния (радость, досаду, огорчение, разочарование). Затем кладет пойманную рыбу в ведро. Дети по лицу взрослого должны определить, удалось ему поймать рыбку или нет,

крупная раба или мелочь. Затем педагог предлагает детям имитировать рыбалку, а пойманную рыбку нужно положить в воображаемое ведро.

#### **«Хорошая - плохая погода»**

Педагог предлагает детям представить, как тепло и светло в сказочном лесу, на зеленой лужайке растут красивые цветы, над ними весело порхают бабочки. Он просит детей просто посидеть на лужайке и послушать, как «поют» букашки (можно использовать аудиокассету «Звуки леса»).

Педагог спрашивает детей об их настроении. Просит изобразить его с помощью заранее подготовленными карточками.

Педагог говорит детям о том, что в лесу стало темно, подул холодный ветер, пошел дождь, бабочки спрятались в кору деревьев. Педагог спрашивает детей, какое настроение у них стало теперь, и просит изобразить его соответствующей карточкой.

Педагог замечает, что в дождь настроение может быть разным. Он предлагает детям вспомнить, кто может радоваться дождю.

#### **Игровые задания на раскрепощение, снятие зажатости, внутренних зажимов, агрессии**

##### **«Я – мои друзья»**

##### **«Злюка» и «Добрый человек».**

Педагог: Ребята, скажите, а вы знаете, чем отличается добрый человек от злого?

Дети: Добрый совершает хорошие поступки. Злой человек агрессивен, и т. д.

Педагог: Хорошо. Мы знаем, что вы все добрые ребята, но у всех нас бывает плохое настроение, все мы иногда можем злиться. Попробуйте сейчас изобразить злость, представьте, что вы на что-то или на кого-то разозлились. А теперь изобразите доброту. Это светлое, прекрасное чувство. Молодцы. А сейчас я буду включать музыку, а вы под нее немного потанцуете. Ваши движения могут быть абсолютно любыми. Главное, вам нужно показать такую эмоцию, как злость, а когда я переключу музыку – вы в ваших движениях изобразите доброту.

Под музыку дети танцуют, изображая злость. Затем музыка меняется, и дети в танце изображают «доброего человека».

##### **«Ссора котов»**

Два кота сегодня в ссоре дети стоят в парах лицом друг к другу, сердито смотрят друг на друга

Когти точат на заборе. сжимают пальцы в кулачки и разжимают их, одновременно двигаются парами по своему маленькому кругу.

На окончание фразы – останавливаются

Дыбом шерсть, слегка наклоняются вперед, выгибая спину

Фырчат, шипят показывают «когти» и сердито

произносят звуки «ф» и «ш»

И царапаться хотят. дети имитируют царапанье

Успокойтесь, не сердитесь И друг с другом помиритесь

глядят друг друга по голове и плечам

Чем побитыми ходить, грозят друг другу пальцем

Лучше в мире добром жить. дети обнимаются

Проигрыш (Дети парами идут по кругу выполняя движения соответственно ритму и характеру музыки)

##### **«Волшебное зеркало»**

Участники разбиваются на пары в произвольном порядке. Задача одного партнера свободно двигаться под музыку, задавая движения своему напарнику, задача другого отражать, повторять его движение. После сигнала пары меняются ролями.

##### **«Машинки»**

Описание:

Все играющие хаотично передвигаются по аудитории, в этот момент они все являются

«машинками». Как известно, машинки могут двигаться с разной скоростью. Играющим предлагается разучить движение, которое можно выполнять, передвигаясь с разной скоростью и при этом не мешая друг другу. На один хлопок взрослого нужно будет двигаться очень медленно, на два хлопка учащиеся ускоряют темп движения и так до четвертой скорости (четыре хлопка взрослого).

#### **«Танец теней»**

Учащиеся двигаются свободно по залу. Одному ребёнку даётся в руки любой предмет или игрушка. Тот, у кого в руках игрушка – ведущий. Он перемещается по залу и выполняет с этим предметом различные движения. Остальные должны копировать движения, как будто тени. По хлопку педагога все застывают на месте. Ведущий передаёт предмет другому участнику и тот двигается, выполняя уже свои движения. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не окажутся в роли ведущего.

#### **«Огонь-лёд».**

Дети выполняют упражнение, стоя в кругу. По команде воспитателя «Огонь» дети начинают интенсивно двигаться, и задействуют все тело. По команде «Лед» дети застывают в позе, в которой застыла их команда, при этом воспитатель просит детей напрячь все тело настолько, насколько получится. Воспитатель несколько раз чередует обе команды, произвольно меняя время выполнения той и другой. Просит детей слушать свои ощущения, а потом в обсуждении попробовать описать, на что они были похожи.

#### **«Спонтанное движение под музыку»**

В начале игры задается эмоционально-образная ситуация: Мы заблудились в сказочном лесу, в котором живут добрые и злые сказки. Мы будем выходить, двигаясь очень тихо, чтобы не разбудить злые сказки. А помогать нам будет звучащая музыка.

Дети танцуют и двигаются под музыку, для этого хорошо использовать цветные шифоновые шарфы. Дети, двигаясь, импровизируют с тканью. Ассоциации, вызванные музыкой, свободно выражаются в движении.

#### **«Облачко»**

Цель: обучение длительному выдоху, развитие мышц, участвующих в дыхании; успокоение нервной системы.

Описание:

Это эффективное дыхательное упражнение. Представляем, что у нас на ладони облачко, дуем на него и оно плывет по небу – ведь его гонит ветер.

Сначала пусть будет хорошая погода, поэтому дует легкий ветерок. А потом подует сильный ветер, как перед дождем, перед грозой. Мы выдыхаем на вату слабо, а затем 2-4 раза – так сильно, как можем. После этого снова наступает хорошая погода – мы несколько раз тихо-тихо дуем на облачко, стараясь максимально продлить выдох.

Благодаря медленным и долгим выдохам удается расслабиться и сбросить напряжение. Это упражнение будет полезно и в том случае, когда нужно просто успокоить детей, если они перевозбуждены.

#### **«Хвалим себя»**

Цель: снятие напряжения и эмоционального возбуждения.

Описание:

Можно выполнять в положении стоя или сидя. Необходимо вытягивать ручки вперед, как бы стремясь за ними всем своим телом и произносить слово «Умница», растягивая первый слог. Теперь руки тянутся в стороны, а тело наклоняется вперед. Произносится слово «Молодец» с протяжным ударным слогом.

Так все зажимы, которые вызваны стрессовыми ситуациями, расслабляются, ребёнок приобретает уверенность и позитивный настрой.

**Словарь терминов по хореографии при работе с детьми на уроках классического танца**

1. Exercise у станка и на середине зала.
2. Положения, направления, позы, дополнительные движения.
3. Прыжки.

**1. Exercise у станка и на середине зала**

PREPARATION [препарасьон] – подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

DEMI PLIE [деми плие] – неполное, маленькое «приседание», полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

GRAND PLIE [гранд плие] - глубокое, полное «приседание».

BATTEMENT TENDU [батман тандю] – отведение и приведение вытянутой ноги в нужное направление, не отрывая носка от пола.

BATTEMENT TENDU JETÉ [батман тандю жете] - «бросок», взмах вытянутой ноги в положение 25°, 45° в нужное направление.

GRAND BATTEMENT [гранд батман] - «большой бросок ,взмах» на 90° и выше вытянутой ноги в нужное направление.

BALANCOIRE [балансуар] – «качели», применяется в grand battement jete.

**2. Положения, направления, позы, дополнительные движения**

A LA SECONDE [а ля сгон] - положение, при котором исполнитель располагается en face, а "рабочая" нога открыта в сторону на 90° .

ALLONGEE [алонже] – от гл. удлинить, продлить, вытянуть; движение из адажио, означающее вытянутое положение ноги и скрытую кисть руки, завершающее движение рукой, ногой, туловищем, положение удлинённой руки.

APLOMB [апломб] – устойчивость.

**3. Прыжки**

ALLEGRO [аллегро] – быстро; «веселый», «радостный»; часть урока, состоящая из прыжков, выполняемая в быстром темпе.

SAUTE [соте] - прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV и V позициям.

**Речедвигательные игры и упражнения**

**«Воробей»:**

*Воробей по лужице  
Прыгает и кружится.  
Перышки взъерошил он,  
Хвостик распушил.  
Погода хорошая!  
Чив, чив, чил!*

Дети прыгают на месте,  
Вокруг себя.  
Дети отводят руки назад,  
Наклоняются, показывая «хвостик»  
Дети выполняют подскоки  
По кругу.

**«Говорливый ручейк»:**

Дети берутся за руки, идут друг за другом и проговаривают песенку ручейка: «По камешкам – динь-динь-динь, по корягам – буль-буль-буль, по осоке – ш-ш-ш-ш».

**Овощи**

В огород пойдем,  
Урожай соберем.  
Мы морковку натаскаем,  
И картошки накопаем. Срежем мы кочан  
капусты,  
Круглый, сочный, очень вкусный.  
Щавеля нарвем немножко  
И вернемся по дорожке.

*Ходьба на месте.*

*Выполнять движения по тексту.*

Мы в землю семя посадили,  
Как только в сад пришло тепло,  
Мы грядку много раз полили,  
И наше семечко вошло.  
Встать, руки поднять вверх.  
Расцвел цветок, возникла завязь.  
Какой восторг! Какой успех!  
Мой помидор, он всем на зависть,

*Ходьба на месте.*

*Присесть, изобразить, - что сажают  
семена.*

*Изобразить, что поливают из лейки.*

*Присесть, встать, руки медленно  
поднять вверх*

*Махать поднятыми руками. Повернуться  
вокруг себя.*

Он в огороде лучше всех!

*Ритмично хлопать в ладоши.*

**Домашние птицы**

Наши уточки с утра  
Наши уточки с утра  
Кря, кря, кря!  
Кря, кря, кря!  
Наши гуси у пруда  
Га, га, га! Га, га, га!  
Наши курочки в окно  
Ко, ко, ко! Ко, ко, ко!  
А как Петя-петушок  
Рано-рано поутру  
Нам споет: ку-ка-ре-ку!

*Ходить по кругу вперевалочку.*

*Ходить по кругу, вытягивая  
шею, руки назад.*

*Ходить по кругу, делать махи «крыльями»*

*Ходить по кругу высоко поднимая ноги*

*Остановиться, вытянуть шею, подняться  
на цыпочки.*

**Дикие звери**

Тень-тень-потетень  
Тень-тень-потетень,  
Выше города плетень.

*Ритмично хлопать.*

*Поднять прямые руки вверх, опустить.*

Сели звери под плетень,  
Похвалялися весь день.

*Присесть  
Наклонять голову вправо-влево.*

Похвалялася лиса:  
Всему свету я краса!

Похвалялся зайка:  
Поди, догоняй-ка!  
Похвалялися ежи:  
У нас шубы хороши!

Похвалялся медведь:  
Могу я громко песни петь!  
**Космос**  
Отправляется в полёт  
Наш волшебный звездолёт.

Надевай скорей скафандры!  
Занимай скорей места!  
С космодрома мы взлетаем

Прямо к звёздам улетаем!  
Полетели, полетели,  
До Луны мы долетели.  
Походили, посмотрели  
И обратно прилетели.

### **Цветы**

Как у нас на нашей грядке

Сколько цветиков цветет:  
Розы, маки, ноготки,

Астры — пестрые цветки,  
Георгины и левкой.  
Выбираешь ты какой?  
Поле одуванчиков  
Одуванчик, одуванчик!  
Стебель тоненький,  
Как пальчик.

Голова, что шар пушистый.  
Если ветер быстрый-быстрый  
На полянку налетит  
Всё вдруг сразу запестрит:  
Одуванчики-пушинки  
Разлетятся хороводом и сольются с небосводом.

*Поворачивать голову вправо-влево,  
одновременно выдвигая то одно, то другое  
плечо*

*Ладони приставить к голове, прыгать на  
месте.*

*Руки на поясе. Попеременно выставлять  
то одну, то другую ногу на пятку.*

*Ходить на внешней стороне стопы.*

*Сложить руки рупором перед ртом  
ходить в разных направлениях.*

*Остановиться, имитировать движения  
Стать врассыпную, присесть  
Встать, поднять руки через стороны  
вверх, соединить над головой  
Подпрыгнуть.*

*Бегать, руки отвести назад.*

*Остановиться.*

*Ходить в разных направлениях.*

*Бегать, руки отвести назад.*

*Остановиться.*

*Положить руки на пояс, делать  
повороты влево-вправо.  
Ритмично хлопать в ладоши над головой.  
На каждое название цветка поочерёдно  
помахивать поднятой вверх рукой.  
Поднять руки вверх, помахать ими.  
Поворачиваться вокруг себя.  
Делать ритмичные хлопки перед собой.*

*Присесть, руки сложить в замок на голове.  
Медленно встать, поднимая руки вверх.*

*Сомкнуть руки над головой.  
Разбежаться в разные стороны.*

### **Комплекс упражнений и игр, используемых при обучении танцевальной импровизации.**

**Танец-игра «Звездочки».** Это не простые звездочки – волшебные. Куда такая звездочка упадет, там совершается какое-нибудь чудо, волшебство. Нужно придумать какие-то свои чудеса, волшебства, которые мы сможем произвести своим танцем, и постараться послать эти звездочки – свои чудеса – в разные – разные стороны: далеко и близко, и вверх – всюду. Только обязательно надо постараться почувствовать, как слетают звездочки с пальцев, смотреть, куда они упадут, и представлять, что на этом месте возникает, какое чудо.

**Цветок на скале.** Представим себе, что на вершине высокой скалы растет цветок необыкновенной красоты. Нам так хочется дотянуться до него, что мы тянемся к нему – вперед и вверх – до самой последней невозможности. И, когда мы достигаем самой предельной точки своих возможностей тянуться, мы расслабляемся и падаем вниз (делаем при этом выдох).

**Танец-игра «Воздушные шарики».** Теперь мы с вами сделали все, чтобы у нас получилось поиграть в воздушные шарики. Правила такие. Представляем себе, что мы надуваемся воздухом, как воздушные шарики, и взлетаем вверх: на вдохе мы наполняем воздухом и взлетаем в небо, как воздушные шарики. Все движения на вдохе мы направляем вверх.

Когда мы выдыхаем, мы сдуваемся, как шарик, который прокололи, и можем или совсем упасть на пол, или только дотронуться до пола, или просто «направить» свое движение вниз.

Потом мы снова набираем в себя воздух и взлетаем вверх.

И так мы летаем, как воздушные шарики: вдох – в небо, выдох – к земле. Очень легко и свободно. Под музыку.

**Рисование: восьмерка.** Наши руки – длинные кисточки. Мысленно зачерпываем ими краски (каждый выбирает свой любимый цвет) и рисуем цифру «8» в вертикальной плоскости, которая находится перед нами: правой рукой...левой... двумя одновременно.

**Танец с платками.** Попроси у мамы красивый легкий платок, включи красивую мелодичную музыку и попробуй поиграть немного с платком под музыку. Думай не о своих движениях, а о движениях платка. Находи такие движения, чтобы он красиво летал в пространстве, создай танец платка. Твои движения должны подчиняться танцу платка, его легкой невесомой ткани. Попробуй, и у тебя обязательно получится!

**«Волшебный сад».** В игре участвуют две группы: живые дети и скульптуры. Дети пришли гулять в заколдованный сад. Все статуи там – волшебные. Случайно прикоснувшись к такой статуе, человек замирает и сам превращается в скульптуру, а статуя оживает и начинает танцевать. Произвольно в процессе игры роли меняются. Танцуются под «волшебную» музыку.