

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Медвежонок»

<b>Принято</b> На заседании педагогического совета № 1 Протокол от 31.08.2023	<b>Утверждаю</b> Заведующий МБДОУ «Детский сад «Медвежонок» _____ Л.А.Ивлиева Приказ № 129 от 31.08.2023
---	---



Подписан: Любовь  
Александровна Ивлиева  
DN: C=RU,  
OU=заведующий, O=" "  
МБДОУ "Детский сад "  
Медвежонок"", CN=Любовь  
Александровна Ивлиева,  
E=ds111@city.tambov.gov.ru  
Основание: я подтверждаю  
этот документ своей  
удостоверяющей подписью  
Дата: 2023-08-31 15:44:07

**Дополнительная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Обучение танцам»**

**Возрастная группа: для детей 3-7 лет**

**Тамбов, 2023**

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ	3
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цели и задачи Программы	4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы	5
1.1.3. Планируемые результаты	6
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	7
2.1. Возрастные особенности	7
2.2. Организация образовательного процесса	9
2.3. Методика обучения	13
2.4. Тематическое планирование	16
2.4.1. Тематическое планирование 3-4 года	16
2.4.2. Содержание курса 3-4 года	17
2.4.3. Тематическое планирование 4-5 лет	20
2.4.4. Содержание курса 4-5 лет	21
2.4.5. Тематическое планирование 5-6 лет	23
2.4.6. Содержание курса 5-6 лет	24
2.4.7. Тематическое планирование 6-7 лет	29
2.4.8. Содержание курса 6-7 лет	30
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	35
3.1. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса	35
3.2. Перечень литературных источников.	36

## **ВВЕДЕНИЕ**

### **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

#### **1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа дополнительного образования «Обучение танцам» разработана в соответствии с особенностями ее функционирования на базе МБДОУ "Детский сад "Медвежонок" с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

В основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

#### Направленность программы: художественно-эстетическая.

Обучение детей по программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

#### Актуальность хореографического образования

Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Предлагаемая Программа ориентирует педагогов на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

### **1.1.1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

#### **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

Формировать у детей творческие способности через развитие музыкально - ритмических и танцевальных движений.

## ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

### Образовательные:

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

### Развивающие:

- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата; - приобщение к совместному движению с педагогом.

### Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе,
- понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании **педагогических принципов и методов обучения.**

### **1.1.2. ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРОГРАММЫ.**

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);

- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

### **1.1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Обучая дошкольников по данной программе, к концу года мы добиваемся следующих результатов:

**Первый год обучения** (младшая группа). Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Овладевают навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топать в такт музыки. Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

**Второй год обучения** (средняя группа). После второго года обучения занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

**Третий год обучения** (старшая группа). Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.

**Четвертый год обучения** (подготовительная к школе группа). Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

#### **Общие:**

- дети с удовольствием посещают занятия, они активны и эмоциональны;

- каждый ребёнок может осознанно повторить выученные элементы танцев;
- родители интересуются занятиями детей;
- педагоги активно используют полученные умения детей на различных мероприятиях;
- выявление и привлечение способных детей к расширенным и углубленным дополнительным знаниям.

Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы

## **2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ**

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественного нового уровня знаний.

#### **3-4 года.**

Для детей 3-4 лет характерны неустойчивость настроения, эмоциональная ранимость, конкретность и образность мышления, увлеченность игрой и игровыми ситуациями, уже складываются многие познавательные способности и личностные особенности ребенка. Большую роль в восприятии детей в дошкольном детстве продолжает играть подражание, особенно при овладении новым движением, действием. Они легче воспринимают образы реальных предметов и материализованные действия, чем слова. В этом возрасте ребенок усваивает язык чувств – принятые в обществе формы выражения тончайших оттенков переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса и т.д.

Для преподавателя поведение ребенка, выражение им чувств – важный показатель в понимании внутреннего мира маленького человека, свидетельствующий о его психическом состоянии и возможных перспективах развития.

Большую роль на формирование отношения детей друг с другом может оказать игра, которая является для маленького ребенка не только школой познания окружающего мира взрослых, но и школой взаимоотношения людей.

В дошкольном возрасте игра является одной из основных форм организации детской жизни, в процессе которой дети как-то влияют друг на друга, приобретают для себя жизненные привычки. Игровая деятельность влияет на формирование всех психических процессов: произвольности, воображения, образного мышления и др. Именно эта деятельность в дошкольном возрасте является ведущей и определяет дальнейший путь психического развития ребенка.

Задача педагога – согласовать речь с движением и музыкой, научить ориентироваться в пространстве и освоить основные танцевальные элементы.

В 3х-летнем возрасте с детьми разучиваются простые танцы-этюды, причем с минимальным содержанием хореографии – хлопки, притопы, повороты, хороводы с повторениями для лучшего запоминания, где дети могут выполнять движения по рисунку танца, повторяя за педагогом. В этом возрасте не ставится задача научить ребенка танцевать. Важно, в первую очередь, чтобы дети повторяли за педагогом, ориентировались в пространстве, взаимодействовали с

другими детьми. Также с раннего возраста для танцора важно развитие музыкального слуха и чувства ритма. Игры помогают развить реакцию, быстро запоминать танцевальные движения и комбинации.

#### **4 – 5 лет.**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

#### **5 – 6 лет.**

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

#### **6 – 7 лет.**



Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Для подбора упражнений соответствующие темпу музыке предлагаются следующие критерии:

- Быстрый бег – 160 акцентов в минуту;
- Подскоки, галоп – 120-150 акцентов в минуту;
- Маховые движения – 80-90 акцентов в минуту;
- Наклоны – 70 акцентов в минуту;
- Повороты, наклоны головы, растягивания – 40-60 акцентов в минуту.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

## **2.2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных 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.  
**ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ**

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

- 1 год обучения: 3-4 года
- 2 год обучения: 4-5 лет
- 3 год обучения: 5-6 лет
- 4 год обучения: 6-7 лет

#### **СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Программа предназначена для обучения детей 3 – 7 лет и рассчитана на четыре учебных года. Этот период можно определить как первый этап в освоении азов ритмики, азбуки классического, русского и балетного танцев.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребенка;
- большим объемом материала, многопредметностью;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Занятия проводятся с сентября по май, два раза в неделю, во второй половине дня. Длительность занятий на первом году обучения – 15 минут, на втором – 20 минут, на третьем – 25 минут и четвертом – 30 минут.

#### **РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ**

- 1 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю по 15 минут ;
- 2 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю, по 20 минут;
- 3 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю, по 25;
- 4 год обучения: 56 часов в год (28 недель), 2 раза в неделю, по 30 минут  
каждое.

Обязательными условиями проведения занятий в музыкальном зале являются:

- соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам;
- наличие формы;
- наполняемость групп не менее 10 человек.

#### **СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ**

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия - музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции,

хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

## ВИДЫ И ТИПЫ ЗАНЯТИЙ

занятия проводятся с применением различных структур:

- I. Традиционное занятие
- II. Тематическое занятие
- III. Сюжетное занятие
- IV. Игровое занятие
- V. Занятие - импровизация

Ниже приводится краткая характеристика каждому виду занятия.

**I. Традиционные занятия** делятся на:

- обучающие;
- закрепляющие;
- итоговые.

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

## **II. Тематическое занятие**

Оно состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Цель занятия: Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительному исполнению движений.

На занятии используются:

1. Основные виды движений:

а) ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.;

б) бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.;

в) прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкое поскакивание и др.

2. Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц:

упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

2. Плясовые движения:

– элементы народных плясок, доступных по координации. Например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседание для девочек, и полуприсядка для мальчиков и др.;

- разучивание танцевальных упражнений: шаг польки, приставной шаг, поскоки и др., а также разучивание музыкально-ритмических композиций.

### **III. Сюжетное занятие**

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок.

В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные, образно-игровые движения, жесты раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях)

Цель занятия: развивать у детей умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным – персонажем сказок.

Развивать художественно-творческие способности по средством ритмической пластики.

Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения.

Занятие состоит из основных трех частей.

Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка».

Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию.

Заключительная часть – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми.

Можно использовать следующие сюжетные темы:

«На лесной опушке», «Новогодняя сказка», «Путешествие по сказкам», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель».

### **IV. Игровое занятие**

Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие.

Цель занятия: способствовать развитию у детей творческих и физических способностей. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве.

Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная.

В подготовительной части проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки.

Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия.

В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия.

Можно использовать следующие темы игровых занятий: «В гостях у трех поросят», «Путешествие в Морское царство», «Поход в зоопарк», «В гости к Чебурашке» и др.

Возможно **итоговое занятие**, которое проводится в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности музыкального движения, усвоенному в какой-то определенный отрезок времени: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. д., для достижения наибольшей эффективности результатов необходима строгая продуманность каждого занятия, отдельных его частей, использование широкого арсенала методических приемов обучения, индивидуальный подход.

#### **V. Занятие - импровизация**

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Занятие-импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально-ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии.

Занятие-импровизация проходит в свободной импровизированной форме.

Цель занятия: повторить изученный материал по ритмическим танцам. Учить импровизировать под музыку. Способствовать развитию импровизации, творческих способностей детей.

*Следует помнить о физической, психической, эмоциональной нагрузках, стараться не переутомлять детей большим количеством материала, избегать однообразных заданий. Занятия должны приносить детям радость, удовлетворение от преодоления трудностей, раскрывать их творческий потенциал. Надо шире привлекать их к показу движений, объяснению двигательных заданий и правил игры, оценки деятельности друг друга.*

### **2.3. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

#### **ЭТАПЫ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ**

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению);
- Этап углубленного разучивания упражнения;
- Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, у дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям («дансантичность»);
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

#### ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговое занятие;
- открытые занятия для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

#### МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ:

- **Игровой метод.** Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

- Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

- **Наглядный метод** – выразительный показ под счет, с музыкой.

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

- **Словесный метод.** Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

- **Практический метод** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

## 2.4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 2.4.1. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3-4 ГОДА

Характеристика возраста:

Дети младшего школьного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности в пропорциях строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), особенности протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще не достаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

Приоритетные задачи:

- воспитание интереса, потребности в движении под музыку;
- развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
- обогащение слушательского и двигательного опыта.

	Тема	Теория	Практика	Всего
п\п				
1.	Вводное	1	-	1



2.	Ее Величество Музыка	1	-	1
3.	Играя, танцуем (ритмопластика)	2	4	6
4.	Игровой стретчинг	1	4	5
5.	Азбука танца	1	10	11
6.	Рисунок танца	1	4	5
7.	Танцевальное ассорти (репетиционнопостановочная работа)	1	14	15
	ИТОГО:	-	12	14
		8	48	56

## 2.4.2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

### Первый год обучения (3-4 года)

#### Вводное занятие:

Знакомство с залом, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях.

**ТЕМА «Ее Величество Музыка!»** (Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями) Задачи:

1. Воспитывать у детей умение слушать музыку.
2. Учить воспринимать и оценивать музыку.
3. Развивать умение организовать свои действия под музыку.

#### Содержание:

1. Характер музыкального произведения.
  - Узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение этого в эмоциях, движениях: «Зайка», «Птички», «Мишенька-медведь», «Барабан», «Лошадки»
  - Творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную: «Веселый и грустный зайка», «Чебурашка».
  - Создание заданного образа: воробей весело перелетает с ветки на ветку, раненый воробей, котик заболел, котик играет, игры «Жуки и бабочки», «Большая птица и маленькие птички»
2. Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный).
  - Слушая музыку, определить ее темп (в движении).
  - Творческое задание: изобразить зайку, мышку, лисичку, медведя

- Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами.

3. Динамические оттенки (громко, тихо)

- Слушая музыку, определить динамические оттенки (в движении).

- Творческое задание: изобразить хлопками (или пальчиками) дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо).

- Игра «Тихо и громко».

4. Ритмический рисунок.

- Воспроизведение хлопками и притопыванием простого ритмического рисунка

(быстро и медленно)

- Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.

5. Строение музыкального произведения (вступление, часть).

- Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.

- Игра «Побегаем, походим».

- На примере изучаемых танцевальных этюдов учить самостоятельно начинать движение после вступления.

### **ТЕМА «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)**

Задачи:

1. Развивать внимание

2. Развивать координацию движений

3. Развивать зрительную и слуховую память

4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов Содержание:

1. Комплексы игровой ритмики «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес», «Веселые путешественники», «Лошадка», «Чебурашка», «Плюшевый медвежонок».

2. Движения рук («Путаница», «Догонялочки», «Жадина»).

3. Движения ног («Топотушки», «Переходим через лужу»)

### **Тема "Игровой стретчинг":**

Задачи:

1. Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат

2. Улучшать эластичность мышц и связок

3. Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат

Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка».

2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Рубим дрова», «Горка», «Черепашка», «Веточка», «Гребцы».

3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Лисичка», «Часики», 4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед».

5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Утюжок»
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница», «Ветер, ветерок»
7. Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка».
8. Композиция «Маленький цыпленок»

### **Тема "Азбука танца"**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев.

Содержание:

1. Ходьба:
  - бодрая,
  - спокойная,
  - на носках,
  - топающим шагом, - ходьба на четвереньках
2. Бег:
  - легкий,
  - ритмичный,
  - передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»)
3. Прыжки:
  - на двух ногах вместе,
  - с продвижением вперед,
  - прямой галоп («лошадки скачут»).
4. Постановка корпуса
5. Позиции ног: I-я, VI-я
6. Подготовка к изучению позиций рук (этюды «Воздушный шар»)
7. Танцевальные положения рук:
  - на поясе,
  - за юбочку,
  - за спиной,
  - на поясе в кулачках.
8. Танцевальные движения:
  - поочередное выставление ноги на пятку,
  - поочередное выставление ноги на носок,
  - пружинки,
  - притопывание одной ногой,
  - притопывание двумя ногами

### **Тема "Рисунок танца"**

Задачи:

1. Научить детей ориентироваться в пространстве.
2. Научить детей соблюдать интервалы
3. Самостоятельно находить свободное место в зале.
4. Перестраиваться в круг

5. Становиться в пары.

Содержание:

1. Рисунок танца «Круг»:

- движения по линии танца (игра «Часы»);
- движение в круг, из круга (игра «Надувала кошка шар»).

2. Игра «Дружно парами гуляем»

3. Свободное размещение в зале (игра «Горошины»)

4. Игра «Клубочек»

5. Игра «Паровозик»

**ТЕМА «Танцевальное ассорти»** (репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

1. Научить детей двигаться в соответствии с музыкой.
2. Развивать память, актерское мастерство.
3. Готовить к концертной деятельности.

Этюды: «Ручеек и цветочки», «Пчелки и цветочки», «Снежинки-пушинки»

Танцы: «На птичьем дворе», «Детская полечка», «Приглашение».

### 2.4.3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4-5 ЛЕТ

Для детей 4-5 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену частей музыки, в понимании пауз.

Приоритетные задачи:

- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений,
- воспитание самостоятельности в исполнении,
- побуждение детей к творчеству,
- стимулирование индивидуальных проявлений детей, инициативность в танцевальной деятельности.

	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное	1		1
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3.	Ее Величество Музыка	2	4	6
4.	Игровой стретчинг	1	4	5
5.	Азбука танца	1	10	11

6.	Рисунок танца	1	4	5
7.	Играя, танцуем (ритмопластика)	1	14	15
8.	Танцевальное ассорти (репетиционнопостановочная работа)	-	12	14
	<b>ИТОГО:</b>	8	48	56

#### **2.4.4. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

##### **Второй год обучения (4-5 лет)**

###### **Вводное занятие:**

Знакомство с залом, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях.

###### **Тема «Волшебное знакомство» (Введение в предмет)**

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танца.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.

###### **Тема "Ее Величество Музыка"**

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные на первом году обучения.
2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.
3. Развитие музыкальной памяти.

###### Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, регистр, ритмический рисунок, строение).
2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка, притопыванием).
3. Такт, ритмический рисунок.
  - Творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.
  - Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо».
4. Музыкальный жанр.
  - Полька, марш, вальс (устно определить жанр)
  - Игра: «Марш – полька – вальс»

###### **ТЕМА «Игровой стретчинг» (партерная гимнастика)**

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Исправлять дефекты осанки.
4. Укреплять физическое и психическое здоровье.

###### Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Колечко», «Лодка», «Собачка», «Рыбка», «Качели», «Кораблик».

2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванькавстанька».

3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».

4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан», «Гуси»

5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».

6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».

7. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Крыло».

8. Игровая композиция «Утенок Кряк».

### **Тема "Веселая разминка"**

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.

2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

Содержание:

Комплексы движений разминки: «Девочка и мячик» (одни ребенок прыгает на одной ноге, а второй на корточках прыгает, как мячик)

«Лягушки» (приседают, колени в сторону)

«Цапли» (ходьба с поднятием то правого, то левого колена)

«Травка растет» (сидя на корточках, поднимают правую, потом левую руку, потом постепенно встают, вырастают, поднимают руки вверх)

### **Тема "Азбука танца"**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.

2. Формировать правильную осанку и координацию движений.

3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Шаги:

- танцевальный шаг с носка,

- маршевый,

- хороводный.

- на полупальцах,

- поскоки,

- галоп,

- топающий шаг,

- ходьба на четвереньках,

- ходьба полуприсядом, Бег:

- мелкий на полупальцах,

- передающий различные образы,
- с высоко поднятыми коленями,
- широкий («волк»),
- острый (бежим по «горячему песку») Прыжки:
- на двух ногах вместе,
- с продвижением вперед,
- прямой галоп «лошадки»,
- пряжки вокруг себя на 360° Экзерсис на середине:
- позиции ног (I и VI),
- постановка корпуса,
- demi - plie в I – VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- releve на полупальцы (в VI (невыворотной) позиции);
- перегиб корпуса вперед и в сторону,
- позиции рук: подготовительная, I-я, III-я.

### **Тема "Рисунок танца"**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):

- замкнутый круг;
- раскрытый круг (полукруг);
- круг в круге,
- лицом в круг, спиной из круга; - круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

### **ТЕМА «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)**

Задачи:

1. Развивать внимание
2. Развивать координацию движений
3. Развивать зрительную и слуховую память
4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов

Содержание:  
Повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций «Кораблики», «Красная шапочка», «Куклы с мишкой», «Антошка», «Волшебный цветок».

### **ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.

2. Подготовить к показательным выступлениям.

Содержание:

Танцы: «Пчелки», «Курочка и цыплята», «Танец звездочек», «Матрешки».

Пляски «Приглашение», «Топни, ножка моя», «Веселые гномики».

#### **2.4.5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5-6 ЛЕТ**

В возрасте 5-6 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнении, эмоционально осознанное восприятие.

Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения.

Приоритетные задачи:

- умение оперировать музыкальными представлениями;
- продолжать формировать умение сочетать пантомиму, танец, пластику;
- учить отражать в танцевальных импровизациях изменения в музыкальном образе;
- вводить элементы балетного и современного массового танца.

#### **Третий год обучения (5-6 лет)**

№ п\п	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное	1	-	1
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1
3.	Ее Величество Музыка	1	4	5
4.	Игровой стретчинг	1	6	7
5.	Партерный экзерсис (классический)	2	5	7
6.	Играя, танцуем (ритмопластика)	1	6	7
7.	Рисунок танца	1	4	5
8.	Народный танец	1	5	6
9.	Бальный танец	1	4	5
10.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	12	12
	<b>ИТОГО:</b>	<b>10</b>	<b>46</b>	<b>56</b>

#### **2.4.6. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

**Третий год обучения 5-6 лет**



## **Вводное занятие**

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

### **Тема "Волшебное знакомство с танцем"**

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, балльными.
2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
4. Беседа о любимых танцах.

### **Тема "Ее Величество Музыка"**

Задачи:

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.
2. Расширить представления о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).
  - творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;
  - выделять сильную долю, слышать слабую долю;
  - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
  - прохлопывать заданный ритмический рисунок.
4. Музыкальный жанр
  - полька, марш, вальс (устно определить жанр)
  - игра: «Марш – полька – вальс»
5. Слушать музыку аParella, уметь двигаться под нее.

### **Тема "Игровой стретчинг"**

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.
5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

### Содержание:

1. Упражнения на полу: постановка корпуса; работа на стопы; растяжка; работа над укреплением брюшного пресса, мышц шеи.
2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки).
3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»
5. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
6. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
7. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
8. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
9. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Журавель»
10. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа.
11. Игровая композиция «Просто так».

### **ТЕМА «Партерный экзерсис» (элементы классического танца)**

#### Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

#### Содержание:

##### 1. Экзерсис на середине:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- позиции ног (I-я, II-я, III-я, VI при относительной выворотности ног);
- постановка корпуса в I – II – III позиции;
- releve на полупальцы;
- demi - plie в I – II – III-VI позиции;
- чередование releve и demi – plie;
- grand-plie в I – II – III-VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- cote (легкие прыжки);
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

### **ТЕМА «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)**

#### Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.

4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

Танцевальные этюды на современном материале.

### **ТЕМА «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.

2. Рисунок танца «Круг»:

- замкнутый круг;
- раскрытый круг (полукруг);
- круг в круге;
- сплетенный круг (корзиночка);
- лицом в круг, лицом из круга;
- круг парами,
- круг противоположно.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

• перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план); □  
перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;
- перестроение из маленьких кружков в диагональ

(самостоятельно указав ведущих).

4. Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

- горизонтальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

### **ТЕМА «Народный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.

2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.

3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;

2. Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

- развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;
- работа рук в русском танце;
- навыки работы с платочком;
- русский поклон;
- подскоки;
- тройные прыжочки
- бег с вытянутыми носочками
- боковой галоп
- шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
- хлопки
- движение с выставлением ноги на носок;
- «ковырялочка» вперед и в сторону;
- пружинка с поворотом; - приставные шаги в сторону; □ Ходы:
- простой, на полупальцах,
- боковой, приставной,
- боковой ход «припадание» по VI позиции, - беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
- Подготовка к «дробям»:
- притопы,
- удары полупальцами, удары каблуком;
- Хлопки и хлопушки для мальчиков:
- одинарные по бедру и голенищу.
- каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
- присядка с выставлением ноги на пятку

### **ТЕМА «Бальный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».

Содержание:

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:
  - подскоки, галоп;
  - комбинирование изученных элементов;
  - положения в паре:
    - «лодочка»,
    - руки «крест-накрест»,
    - мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.
3. Изучение основ танца «Вальс»:
  - основные элементы:

- «качели»,
- «вальсовая дорожка»,
- «перемена»;
- valance (покачивание в разные стороны) □ работа в паре:
- положение рук в паре,
- вращение «звездочка»;
- простые танцевальные комбинации.

### **ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Россия-матушка», «Красный сарафан»

Сюжетные танцы: «Ходики», «Аквариум», «Лягушки и цапля»

Детские танцы «Барбарики», Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: «Украинская полечка» «Сиртаки», «Русские узоры»,

«Казачата», «Веселый рок-н-рол»,

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Бабочки», «Стирка», «Моряки»

### **2.4.7. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6-7 ЛЕТ**

#### **Четвертый год обучения (6-7 лет)**

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи:

- развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

#### **Четвертый год обучения (6-7 лет)**

№ п\п	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное	1	-	1
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	-	1

3.	Ее Величество Музыка	1	4	5
4.	Игровой стретчинг	-	4	4
5.	Партерный экзерсис (элементы классического танца)	1	8	9
6.	Играя, танцуем (ритмопластика)	-	4	4
7.	Рисунок танца	1	5	6
8.	Народный танец	1	4	5
9.	Бальный танец	1	5	6
10.	Танцевальное ассорти (репетиционно- постановочная работа)	-	15	15
	ИТОГО:	7	49	56

#### **2.4.8. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

##### **Четвертый год обучения (6-7 лет)**

##### **Тема "Волшебное знакомство с танцем"**

###### **Задачи:**

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.

2. Рассказать о пользе занятий танцами.

3. Познакомить детей с разновидностями балльных танцев.

4. Беседа о стилях и направлениях.

##### **Тема "Ее Величество Музыка"**

###### **Задачи:**

1. Закрепить знания, навыки, полученные ранее.

2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой. Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).

2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).

3. Такт, затакт, размер 2/4, 3/4, 4/4.

- уметь выделять сильную долю;

- уметь начинать движение с затакта;

- творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4.

Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;

- игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»

4. Музыкальный жанр

- полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)

- игра: «Марш – полька – вальс»

5. Слушать музыку аПсарелла, уметь двигаться под нее.

### **Тема "Игровой стретчинг"**

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.
5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

Содержание:

1. Упражнения на полу:

- постановка корпуса;
- работа на стопы;
- растяжка;
- работа над укреплением брюшного пресса.

2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки).

3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра», «Колечко», «Свечка», «Мостик», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».

4. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»

5. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».

6. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».

7. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя;. Поочередно сгибаем выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».

8. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».

9. Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».

10. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа, полупагаты.

12. Игровая композиция «Сказка о жадном императоре»

### **ТЕМА «Партерный экзерсиз» (элементы классического танца)**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Экзерсиз на середине:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);

- понятия рабочая нога и опорная нога;
- позиции ног (I-я, II-я, III-я, VI при относительной выворотности ног);
- постановка корпуса в I – II – III позиции;
- releve на полупальцы;
- demi - plie в I – II – III-VI позиции;
- чередование releve и demi – plie;
- grand-plie в I – II – III-VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- cote (легкие прыжки);
- перегиб корпуса вперед и в сторону.
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);
- повороты головы на 1/2; 1/4.

### **ТЕМА «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)**

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя»,

«Стирка», «Ни кола, ни двора», «Кукляндия», «Звериная аэробика»

Танцевальные этюды на современном материале.

### **Тема "Рисунок танца"**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.

2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):

- замкнутый круг;
- раскрытый круг (полукруг);
- круг в круге;
- сплетенный круг (корзиночка);
- лицом в круг, лицом из круга; □ круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план); □ перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

4. Понятие «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;



• перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

5.Рисунок танца «Спираль».

• Игра «Клубок ниток».

6.Рисунок танца «Змейка»:

• горизонтальная; □ вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

7.Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца».

Игра – танец «Бесконечный».

### **ТЕМА «Народный танец»**

Задачи:

1.Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.

2.Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.

3.Научить основам русского танца.

Содержание:

1.Введение в предмет «Русский танец»;

2.Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

- развитие подвижности стоп на основе элементов

«елочка», «гармошка», ковырялочка;

- работа рук в русском танце;

- навыки работы с платочком;

- русский поклон;

- подскоки;

- припадания;

- тройные прыжочки

- бег с вытянутыми носочками

- боковой галоп

- шаг с вытянутыми носочками (хороводный)

- хлопки

- движение с выставлением ноги на носок;

- движение «ключик»

- «ковырялочка» вперед и назад

- пружинка с поворотом

- приставные шаги в сторону

• Ходы:

- простой, на полупальцах,

- боковой, приставной,

- боковой ход «припадание» по VI позиции, - беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

• Подготовка к «дробям»:

- притопы,

- удары полупальцами, удары каблуком;

• Хлопки и хлопучки для мальчиков:

- одинарные по бедру и голенищу.
- каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.

### **ТЕМА «Бальный танец»**

Задачи:

1.Познакомить детей с историей бального танца.

2.Научить основам танца «Полька».

3.Разучить основные элементы танца «Вальс».

4. Разучить основные движения танца «Вару-вару» Содержание:

5.Введение в предмет

6.Изучение основ танца «Полька»:

- подскоки, шаг польки, галоп;
- комбинирование изученных элементов;

положения в паре:

«лодочка»,

руки «крест- накрест»,

мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.

7.Изучение основ танца «Вальс»:

- основные элементы:

«качели»,

«квадрат»,

«ромб»,

«вальсовая дорожка»,

«перемена»;

valance (покачивание в разные стороны)  работа в паре:

положение рук в паре,

«ромб» в паре,

вращение «звездочка»;

- простые танцевальные комбинации.

8.Изучение основ танца «Вару-вару»

- выброс ног поочередно в прыжке вперед;;

- выброс ног поочередно с прыжке с разные стороны;

- комбинированные изучение основных элементов;

- рисунок танца:

- положение an face;

- положение «лицом друг к другу»

- работа в паре:

- положение рук в паре;

- положение ног в паре; - вращение в паре

«волчок»;

- работа над ритмом:

- похлопывание основного ритма танца; - работа над ритмом в движении.

**ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Аленушки», «Василек», «Родные просторы» Сюжетные танцы: «У самовара», «Отдых летом», «На птичьем дворе»

Детские танцы «Барбарики», «Пробуждальный» танец, «Веселые квадраты», «Зажигай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия».

Танцы народов мира: «Восточный танец», «Сиртаки», «Русский перепляс», «Еврейский танец», «Казачата», «Ковбой», «Аргентинское танго», «Танец с тросточками», «Веселый рок-н-ролл», «Кармен» (испанский танец), «Цыганский танец».

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Гномики», «Бабочки».

### **3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА:**

#### **ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

- просторное помещение для занятий;
- CD , DVD ;
- реквизит к танцевальным постановкам.

Способы проверки достижения требований к знаниям, умениям и навыкам воспитанников

В начале года оцениваются общие психофизические данные детей: восприятие, внимание, память, координация, а также музыкально – ритмическое развитие:

- умение концентрировать внимание, воспринимать, запоминать материал;
- простейшие навыки координации: право, влево, вперёд, назад, круг, колонка;
- умение слушать музыку, определять её характер, настроение, темп (быстрый, медленный).

На конец года критериями оценки освоения программы являются показатели:

- умение чётко исполнять музыкальные движения, различать вступление, сильную и слабую доли, начало и конец фразы;
- запоминать и воспроизводить комбинации, перестроение по рисункам, хореографические комбинации;
- освоения навыка эмоционального, образного исполнения;
- способность импровизировать.

### **3.2. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ:**

- 1 Барышникова Т.К. «Азбука хореографии». – СПб., 1996.
- 2 Буренина И.А. «Ритмическая мозаика»
3. Иванов В.А. «Детский танец», методическое пособие, Пермь, 1998.
4. Каплунова И., Новоскольцева И., Алексеева И. Ладушки. Топ-топ каблук. Танцы в детском саду.- С.-Петербург.: «Композитор», 2000. –83с.
5. Леонов Б. Музыкальное ритмическое движение. – Минск, 1971.
6. Ритмика и танец. Программа. – М., 1980. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. – М.: Просвещение, 1972.
7. Тютюнникова Т. Движение и музыка!// Дошкольное воспитание. – 1997. - №8.
8. Шушкина З. Ритмика. – М.: Музыка, 1976
9. Бекина С. и др. «Музыка и движение», М., Просвещение, 1984 г.
10. «Эстетическое воспитание в детском саду» под ред. Н.А. Ветлугиной, М., 1989.
11. Г.А. Колодницкий - Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.
12. «Танцевальная ритмика для детей № 1» Суворова Т.И. Учебное пособие – СПб.: «Музыкальная палитра», 2003г.
13. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. А.: Учите детей танцевать.// Владос, 2004.
14. Конорова Е. В. :Методическое пособие по ритмике. // М. «Музыка», 1972.  
Муз.-но - ритмические движения для детей дошкольного возраста - Т.Ф. Коренева