Общество с ограниченной ответственностью
«УК Квартал» Учебный комбинат
Юридический адрес: 672000, Забайкальский край, г. Чита, ул. Анохина, 91, корп.2, кааб. 308.
Почтовый адрес: 672000, Забайкальский край, г. Чита, ул. Анохина, 91, корп. 2, каб. 308, тел.: 89144779404
ИНН 7536120937 КПП 753601001 ОГРН 1117536008424 Читинское ОСБ № 8600 г. Чита БИК 047601637
Сч. № 30101810500000000637 Р/Сч.40702810374000024235

Принято на заседании

Педагогического совета

Протокол № 1

От 5 сентября 2023г.

«Утверждаю»

Директор ООО «УК Квартал»

М.В. Терехова

Программа дополнительного образования по хореографии для детей дошкольного возраста (4-7 лет)

«Топатушки»

(Срок реализации программы – 3 года)

Автор и составитель программы

Педагог дополнительного образования

Сигурко Татьяна Юрьевна

г. Чита

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Пояснительная записка……..3-5

2. Структура и построение организационного процесса……6-8

3. Структура построения занятий. Учебно-тематическое планирование …….12-25

4. Методические рекомендации……..….26-30

5. Методика проведения диагностики……31-32

6. Список литературы……32

1. Пояснительная записка

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всём его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познаёт многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Она, как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного, духовного и физического развития.

Дошкольное детство – период бурного развития воображения, фантазии, важнейших качеств творческой личности. В возрасте 4-7 лет потребность детей проявить себя в творчестве огромна. Это норма для каждого ребёнка.

Хореографическая деятельность является хорошей школой обучения. Здесь закладываются основы дружбы, взаимопонимания, взаимовыручки, ответственности, умение сочетать общественные и личные интересы, испытывать радость от коллективного труда.

Занятия в танцевальном коллективе должны научить детей отличать подлинное искусство от подделки, прививать с самых ранних лет хороший вкус, закладывать те добрые основы, которые помогут им, вырасти настоящими людьми.

Органическое соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и привлекательным. Приобщение к искусству танца в широком смысле включает ознакомление детей с источниками танцевальной культуры, классическим балетом, самобытными национальными танцами, их красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодии, образами классической и народной музыки.

С профессиональной точки зрения хореография учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает физическую силу, выносливость, лёгкость, смелость. Благодаря системному образованию и воспитанию детей приобретается культура движения, развиваются музыкальные способности, что способствует более тонкому восприятию мира искусства и всего прекрасного.

Работая над профессиональными качествами воспитанников, следует не забывать об общем развитии личности ребёнка. Чередования различных заданий, видов деятельности, требует от детей внимания, сообразительности, быстроты реакции, организованности, проявление волевых усилий, что не может не влиять на общую культуру поведения.

Данная программа «Топатушки» является адаптированной. В основе её лежит программа В.Г. Шершнева «От ритмики к танцу»

Из программы «От ритмики к танцу» взяты такие разделы:

1. Музыкально - ритмические занятия.
2. Основы классического танца.
3. Элементы народно – сценического танца.
4. Вспомогательные и корригирующие упражнения.

Предлагаемая адаптированная программа дополнена такими разделами:

1. Элементы хореографии.
2. Упражнения с игрушками и предметами.

Основные отличия адаптированной программы «Топатушки» от других программ данной направленности: использование национального регионального

компонента. (В раздел элементы народно – сценического танца включено разучивание движений и танцев северных народов).

Программа рассчитана на трехлетнее обучение детей 4-7 летнего возраста. Занятия на первом году обучения проводятся два раза в неделю по 20 мин. На втором году обучения проводятся два раза в неделю по 25 мин. На третьем году обучения два раза в неделю по 30 мин.

Учебный материал включает следующие разделы:

1. Танцевально-ритмические занятия.(1-ый, 2-ой, 3-ий год обучения)
2. Элементы хореографии. (1-ый год обучения)
3. Вспомогательные и корригирующие упражнения (портерный экзерсис) (1-ый год обучения)
4. Упражнения с игрушками и предметами. (1-ый год обучения)
5. Основы классического танца.(2-ой, 3-ий год обучения)
6. Элементы народно-сценического танца. (2-ой, 3-ий год обучения)

Главная цель программы – привить интерес дошкольников к хореографическому искусству, развить их творческие способности посредством танцевального искусства.

Среди основных задач можно выделить:

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- развитие танцевальных данных (выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость, координация);
- развитие ритмичности, темпа, исполнительских навыков в танце и художественного вкуса, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность телодвижений и поз;

- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе, учиться радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

2. Структура и построение учебного процесса

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году занятий, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в следующем году. Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетания. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создаёт впечатление новизны и развивает творческую фантазию у детей.

Естественно, что материал не всех разделов даётся на одном занятии. Целесообразность определяется педагогом индивидуально, в зависимости от подготовленности воспитанников, их способностей. Опыт работы показывает, что на первом году обучения должны преобладать элементы музыкально-ритмического воспитания (особенно в первом полугодии).

При составлении плана занятия педагог должен помнить, что последовательность изучаемых движений не может быть случайной. Следует учитывать их полезность, возможность сочетания одних с другими, обратить внимание на распределение нагрузки на группы мышц тела.

Кроме того, вести работу рекомендуется определёнными периодами – помесячно. В течение месяца педагог разучивает с детьми материал одного из указанных выше разделов (исключая партерный экзерсис), со второго года он является составляющей частью многих занятий.

	Время проведения (месяц)	Первый год обучения	Второй год обучения	Третий год обучения
1	Октябрь	Танцевальная ритмика Элементы хореографии	Танцевальная ритмика Элементы хореографии	Танцевальная ритмика. Основы классического танца
2	Ноябрь	Элементы хореографии. Упражнения на полу (портерный экзерсис)	Упражнения на полу (портерный экзерсис). Основы классического танца.	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на полу (портерный экзерсис)
3	Декабрь	Упражнения с игрушками и предметами	Элементы народно-сценического танца	Танцевальная ритмика
4	Январь	Танцевальная ритмика	Танцевальная ритмика	Основы классического танца
5	Февраль	Элементы хореографии	Основы классического танца	Элементы народно-сценического танца
6	Март	Упражнения на полу Вспомогательные и корригирующие упражнения (портерный экзерсис)	Элементы народно-сценического танца	Основы классического танца. Упражнения на полу (портерный экзерсис)
7	Апрель	Упражнения с игрушками и предметами	Танцевальная ритмика	Танцевальная ритмика
8	Май	Танцевальная ритмика	Основы классического танца	Элементы народно-сценического танца
	Всего часов	60	60	60

Проведение занятий циклами значительно снижает физическую нагрузку и помогает успешному освоению программного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно вжиться в изучаемый материал, не расходуя на каждом занятии силы на запоминание новых элементов и композиций.

И если один из разделов программы не удаётся проработать сразу полноценно, то при повторе данного цикла есть возможность доработать упущенное, не утомляя детей одними и теми же упражнениями. Но при этом ошибочно рассматривать отдельные разделы как наиболее ответственные и главные, ибо освоение программы зависит от общей суммы знаний и навыков.

Обучение танцевальным движениям происходит путём практического показа и словесных объяснений. Педагогу необходимо чётко определить баланс в сочетании этих двух методов. Излишние и подробное словесное объяснение может привести к потере внимания у детей, вызовет скуку на занятии. В то же время, нельзя ограничиваться только практическим показом. В этом случае дети воспринимают материал подражательно и неосознанно.

Классический экзерсис – это достаточно длительный процесс выработки большого числа всё усложняющихся музыкально-двигательных навыков. Поэтому классический экзерсис вводят постепенно. Для обозначения движения экзерсиса пользоваться общепринятой терминологией на французском языке. Движения разучиваются и закрепляются у станка, повернувшись к нему лицом. После этого движения исполняются на середине зала.

Для занятия партерным станком необходимо иметь индивидуальные коврики, подобранные по росту ребёнка.

Занятия хореографией должны проводиться в зале при наличии специальных станков. Одна из стен зала должна быть оборудована зеркалами. На занятиях дети должны быть легко одеты (желательна специальная форма). Девочки и мальчики: футболка и шортики. Обувь должна быть на мягкой подошве (чешки, партерки, балетки).

В начале и конце каждого года обучения проводится диагностика знаний и умений детей в плане их индивидуальных способностей и определения динамики развития. В диагностику входят следующие разделы: «*гибкость, пластичность*», *«музыкальный ритм», «танцевально-двигательные навыки: классический танец, народный танец», «артистизм*».

3. Структура построения занятия

Первая часть (подготовительная) (5-9 мин.)

- вход детей в зал.
- построение детей в несколько линий (девочки впереди, мальчики сзади)
- поклон
- разминка (основные ритмические движения)

Вторая часть (основная) (12-16 мин.)

- изучение музыкально-ритмического материала, изучение тренировочных упражнений партерного станка, элементов классического экзерсиса
- разучивание танцевальных движений народно – сценического танца, работа над этюдами

Третья часть (заключительная) (3-5 мин.)

- музыкально-ритмическая игра на закрепление материала
- поклон
- выход из танцевального зала

Цели и задачи 1 года обучения

Цель:

Формировать культуру эмоций, обогащать музыкально-ритмическую деятельность детей в передаче характера музыки и средств музыкальной выразительности. Закладывать основы выразительного исполнения, развивать объём внимания и фантазии.

Задачи:

1) Развивать уровень двигательной деятельности.

2) Вырабатывать ритмичность и выразительность движений.

3) Развивать ориентацию в пространстве.

4) Формировать навыки самостоятельного выбора движений для образно-игровой ситуации, согласованность исполнения упражнений и танцевально-игровых элементов друг с другом в паре и при коллективном танцевании.

К концу года дети должны знать:

Направление движения (направо, налево, вперёд, назад, по диагонали)

Должны уметь:

Самостоятельно строиться в круг, линии, колону, парами, тройками.

Уметь соединять движения в определённый последовательный ряд.

Откликаться на разнохарактерные образы в музыке и движении, хорошо чувствовать смену темпа, настроения.

Учебно-тематический план 1 года обучения

Раздел. Темы	***Теория***	***Практика***	***Постанов. работы***	***Всего часов***
I. Танцевальная ритмика. Владение телом под музыку				**18**
1.Темп движений		2		
2. Передача ритмического рисунка		4		
3. Разучивание танцевальных разминок		6		
4. Занятия ритмикой в игровой форме		6		
II.Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу (партерный станок)				**13**
1. Упражнения на напряжение и расслабление мышц		3		

2. Упражнения на улучшение выворотности ног		2		
3. Упражнения по исправлению недостатков осанки		4		
4. Упражнения для развития танцевального шага		4		
III. Элементы хореографии				**15**
1 Постановка корпуса		2		
2 Ходьба (различные виды)		3		
3 Бег, прыжки, перескоки, галоп		3		
4 Упражнения для рук, кистей, пальцев		2		
5 Танцевальные элементы		5		
IV. Упражнения с игрушками и предметами				**14**
1. С мячом, с куклой, с платочком, с погремушкой и т.д.		7		
2 Этюды (сочиняются на основе приобретённых навыков исполнения танцевальных элементов)		7		
ВСЕГО по курсу				**60**

Содержание курса 1 года обучения (60 ч.)

1. Танцевальная ритмика. Владение телом под музыку (18 ч.)

Темп движения (2 ч.)

1.1 Построение: понятия линии, колонны, интервала, диагонали;

- Знакомство с музыкально-ритмическими темпами: умеренный, довольно быстрый, быстрый, неторопливый, медленный.

- Устойчивость в темпе (хлопками, притопами передаём темп музыки). Те же движения исполняются без музыки, соблюдая тот же темп.
- Переключение с одного темпа на другой (меняем скорость и интенсивность движения).
- Постепенное ускорение или замедление темпа (двигаются в соответствии с музыкой).

1.2 Передача ритмического рисунка (4 ч.)
- Хлопками, шагами, выстукиванием в ложки;
- Бегом и другими движениями;
- Соблюдение пауз

1.3 Разучивание танцевальных разминок (6 ч.)

1.4 Занятия ритмикой в игровой форме (6ч.)

2. Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу (партерный станок) (13 ч.)

- Лёжа на спине (напряжение и расслабление мышц тела, работа стоп) (4 ч.)
- Сидя, стопы сомкнуты, работают колени (бабочка машет крыльями), руки могут быть за головой, сзади на полу или на коленях, упражнения на растяжку(4 ч.)
- Лежа на животе «Лягушка», «Лодочка», «Кольцо» (2 ч.)
- «Шпагат», «Полушпагат» (3 ч.)

3. Элементы хореографии (15 ч.)

3.1 Постановка корпуса (2 ч.)

- Вести работу над подтянутостью спины, красивой постановки головы, свободы плеч. Обрамлением правильной постановки корпуса является красивое лицо (улыбка, приветливость).

3.2 Ходьба (3ч.)

- Танцевальный шаг, шаг в различном темпе, шаг с подъёмом колена на 90 градусов, в ходьбу включаются различные движения рук (размахивание вперёд-назад, подъём вверх, в стороны, используются хлопки). Возможны различные положения рук (на поясе, за спиной, перед собой).

3.3 Бег, прыжки, перескоки, галоп: (3 ч.)

- Бег с откидыванием ног от колена назад,
- Бег с выбросом прямых ног вперёд,
- Прыжки лёгкие, высокие, низкие, возможны сочетания прыжков разной длительности и чередование их между собой,
- Перескоки с ноги на ногу, ноги могут откидываться от колена назад или слегка подниматься вперёд,
- Сочетать перескоки с шагами на полупальцах,
- Галоп (прямой, боковой).

Упражнения для рук, кистей, пальцев: (2ч.)

- Круговые движения – вперёд-назад, «к себе»- «от себя». Движения рук исполняются энергично, чётко (мельница, стрелки часов).
- Выразительный подъём рук в стороны или вверх (крылья бабочки, цветок закрывается и распускается),
- Пальцы рук активно собираются в кулак, а затем выпрямляются (с ходьбой, с приседанием),
- Опускание и подъём кистей, «трепещим» кистями.

3.4 Танцевальные элементы (5 ч.)

- Приставной шаг.
- Полуприседание, пружинистый шаг.
- Повороты (кружения вокруг себя на полупальцах).
- Вынос ноги на каблук с одновременным полуприседанием.
- Поклон (исполняется у мальчиков и девочек по-разному).

4. Упражнения с игрушками и предметами (14 ч.)

4.1. С мячом, с куклой, с платочком, с погремушкой (7 ч.)

- Развитие навыка игры с мячом, сочетание их с простейшими танцевальными элементами.
- Покачивание куклы в руках, передача друг другу.
- Перекладывание платочка из руки в руку, вращение платочка над головой, и др.
- Удары или встряхивание погремушкой в такт музыки (правой и левой рукой).

4.2 Танцевальные этюды (7 ч.)

- Сочиняются по замыслу педагога на основе приобретённых детьми навыков исполнения танцевальных элементов в статичном положении или продвижении. Желательно, чтобы этюды были контрастны по характеру, настроению.

Цели и задачи 2 года обучения

<u>Цель:</u>

Закреплять умение детей управлять своим телом под музыку. Способствовать развитию творческих способностей.

Задачи:

1) Воспитывать у детей интерес к занятиям хореографией.

2) Развивать координацию движений, гибкость, пластичность, выразительность и точность движений.

3) Воспитание умений работать в коллективе.

4) Дать основы классического и народно-сценического танца.

К концу учебного года дети должны знать:

- Важность и необходимость партерного станка.
- Правильную постановку рук, ног у станка.
- Позицию ног (I, II, III,), позицию рук (А, I, II, III), вначале изучается на середине зала при неполной выворотности ног.

Должны уметь:

- Выполнять движения партерного станка.
- Исполнять 1-е и 2-е пор-де-бра на середине зала.
- Уметь выполнять перестроения из круга в линию, ходить змейкой, из круга в два круга, диагональ, «ручеёк».
- Выполнять русские движения: «ковырялочка», русский поклон, дробный шаг, хлопки. Для мальчиков: присядка с выносом ноги в сторону на каблук, «хлопушки».
- Выполнять движения польки: шаг польки, шаг польки с подскоками.
- Движения белорусского танца: основной ход с началом «на затакт».
- Выполнять движения северного танца.

Учебно-тематический план 2 года обучения

Раздел. Темы.	***Теория***	***Практика***	***Постано в. работы***	***Всего часов***
I. Танцевальная ритмика. Владение телом под музыку				**26**
1 Марш. Песня. Танец		4		

2 Ритмический рисунок		5		
3 Постановка ритмических танцев		4	13	
II. Вспомогательные и корригирующие упражнения (партерный станок)				**В течение года**
1 Важность партерного станка				
2 Разучивание упражнений партерного станка:				
- напряжение и расслабление мышц				
- на развитие гибкости плечевого пояса				
- на развитие выворотности ног и танцевального шага				
- на улучшение гибкости позвоночника				
- на исправление и укрепление осанки				
III. Основы классического танца				**12**
1 История танца	1			
2 Разучивание и отработка тренажа: - экзерсис на середине		11		
IV.Элементы народно-сценического танца				**22**
1 Рисунок танца		2		
2 Характерные особенности народного танца		3		
3 Экзерсис на середине.		5		
4 изучение элементов русского танца, северного, белорусского и др.		4	8	
ВСЕГО по курсу				**60**

Содержание курса 2 года обучения (60 часа.)

I. Ритмика. Владение телом под музыку. (26ч.)

1. Марш. Песня. Танец (4 ч.)

- Познакомить детей с жанрами музыкальных произведений(марш, песня, танец, вальс).
- Учить различать жанры музыкальных произведений: марш 4/4, песня – куплетная форма, танец – части, вальс- 3/4

2. Ритмический рисунок (5 ч.)

- Прохлопывание ритмических рисунков, прохождение их шагами с одновременным дирижированием под музыку или по заданию педагога.
- Ознакомление с простыми размерами 2/4 и 3/4.На сильную долю – хлопок в ладони перед грудью, а на слабую – удары палец о палец (пальцы указательные). Использования мяча: на сильную долю бросок вверх или удар об пол, на слабую - ловля, и т. д.

3. Постановка ритмических танцев (17ч.)

- Постановка танца с использованием ритмических упражнений разученных ранее. Например: «Ладошки», «Танец сидя», «Танец утят», и по замыслу педагога.

II. Партерный станок (в течение года)

1. Важность партерного станка

- Беседа «Что такое партерный экзерсис? Зачем его надо выполнять?»

2.Разучивание упражнений партерного станка

- Продолжать работу на разучивание упражнений и осваивать новые для достижения наилучших результатов, подготавливать мышцы и суставы к более высоким физическим нагрузкам.

III. Основы классического танца (12ч.)

1. История танца (1 ч.)

   - Беседа о возникновении танца вообще и балета в частности, о его развитии до нашего времени.

2. Разучивание на середине зала(12 ч.)

- Постановка корпуса (перегибы, релевэ)
  - Понятия рабочая и опорная нога;
  - Изучение позиции ног (I, II, III)
  - Деми и гранд плие по I ,
  - Батман тандю во всех направлениях (1 позиция)
  - Пассе партер
  - Релеве на полупальцы (по 1,2,3 позициям)
  - Изучение схемы плана класса по точкам (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)
  - Положение эфассе
  - Разучивание позиций рук (А, I, II, III)
  - Разучивание 1-е и 2-е пор-де-бра.
  - Па польки, галоп.

IV. Элементы народного - сценического танца (22 ч.)

1. Рисунок танца (2 ч.)

   - Хорошо различать правую - левую руку, ногу, плечо.
   - Повороты налево, направо,
   - Построение в колонну по одному, по два,

- Построение из колонны в пары и обратно, круг, полукруг, сужение и расширение круга,
- «воротца», построение из большого круга в большую звёздочку и т.д.

2. Характерные особенности народного танца (3 ч.)
- Национальность, костюм и танцевальная культура народа;
- Зависимость костюма от природно-климатических условий.

3. На середине зала: (5 ч.)
- Танцевальный шаг;
- Положение рук -7 позиций и 2 положения, и в парах.

4. Изучение элементов народных танца(12 ч.)
- Поклон;
- Положение рук в танце;
- Движение рук с платочком;
- Переменные шаги: с паузой, шаг с точкой, шаг с притопом, шаркающий шаг;
- Движения «ковырялочка», «моталочка»;
Хлопки и хлопушки для мальчиков (одинарные по бедру и голенищу).

Цели и задачи 3 года обучения

Цель:

Развивать танцевальное творчество детей. В основе его лежат восприятие музыки и умение мимикой, жестами и пантомимикой передавать многообразие настроений, образов и музыкальных красок. Содействовать развитию эмоционального мира через приобщение к искусству танца.

Задачи:

1) Создать условия для раскрытия талантов ребёнка, психологического раскрепощения.

2) Развивать физических данных ребёнка: силу ног, гибкость, пластичность, выразительность и эмоциональность в исполнении движений.

3) Продолжать развивать чувство ритма.

4) Воспитывать организованность, заботливое отношение друг к другу и желание объединяться для коллективных композиций.

К концу учебного года дети должны знать:

- Правильную постановку корпуса, рук, ног, головы при выполнении упражнений у станка и на середине зала.
- Позицию ног (I, II, III, VI), позицию рук (А, I, II, III).
- 1-е и 2-е пор-де-бра.

Должны уметь:

- Выполнять различные ритмические задания.
- Выполнять более сложные движения классического экзерсиса.
- Ритмично прыгать и следить за темпом исполнения.
- Импровизировать при составлении этюдов, образных танцев.
- Качественно выполнять партерный станок.
- Выполнять русские движения: «ковырялочка», «моталочка», русский поклон, дробный ход, хлопки, переменный русский шаг, притопы. Для мальчиков: присядка, «хлопушки», положения в паре.
- Движения белорусского танца: основной ход с началом «на затакт», тройной притоп, положение рук в танце, мелкие прыжки.
- Движения северного танца: «бег оленёнка», прыжки, повороты с выпадами в сторону, боковой ход приставными шагами с работой плеч, «шаг лисички».
-самостоятельно исполнять разученные танцы.

Учебно-тематический план 3 года обучения

Раздел. Темы	*Теория*	*Практика*	*Постано в. работы*	*Всего часов*
I. Танцевальная ритмика. Владение телом под музыку				**23**
1 Вводное занятие	1			
2 Темп движений. Характер и динамика движений		5		
3 Передача ритмического рисунка		5		
4 Детям – детский танец (постановка ритмических танцев)			12	
II.Вспомогательные и корригирующие упражнения (партерный станок)				**В течение года**
1 Разучивание и отработка партерного станка:				
- напряжение и расслабление мышц				
- упражнения на развитие гибкости плечевого пояса				
- на укрепление мышц брюшного пресса				
- на улучшение подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра				
- на развитие подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы				

- на развитие выворотности ног и танцевального шага				
- на исправление и укрепление осанки				
III. Основы классического танца				**12**
1 Загадки Терпсихоры (беседы)	1			
2 Разучивание и отработка. - экзерсис на середине		11		
IV. Элементы народно-сценического танца				**25**
1 Упражнение на ориентировку в пространстве. Рисунок танца		4		
2. Экзерсис народного танца		5		
3.Экзерсис на середине зала: - изучение элементов русского танца, белорусского, северного		4		
4. Постановка танцев			12	
ВСЕГО по курсу				**60**

Содержание курса 3 года обучения (60 часов.)

1.Ритмика. Владение телом под музыку. (23 ч.)

1.1. Вводное занятие (1 ч.)

- Организационные вопросы (форма, расписание, время занятий);
- Беседа «О правилах поведения в кабинете хореографии».

1.2 Темп движений. Характер и динамика движений (5ч.)

- устойчивость в темпе;
- переключение с одного темпа на другой;

- постепенное ускорение или замедление темпа;
- отражение в движении характера музыки;
- отражение в движении динамических оттенков (форте, пиано, легато, стаккато).

1.3.Передача ритмического рисунка (5ч.)

- хлопками, шагами, дробными выстукиваниями;
- бегом и другими движениями;
- соблюдением пауз.

1.4.Детям – детский танец (12ч.)

- Постановка ритмических танца построенных на образных движениях.

«Прогулка», «Солнечные зайчики», «Василёк», и т.д. по замыслу педагога.

2.Партерный станок (В течение года)

2.1 Разучивание и отработка партерного станка

- Беседа «Польза, которую приносит партерный экзерсис»
- Обучать сознательному управлению своими мышцами
- Исполнять упражнения методически точно
- Выполнять движения без показа педагога самостоятельно

3.Основы классического танца (12ч.)

3.1 Загадки Терпсихоры (1 ч.)

- Беседы:

«Куда ведут следы Терпсихоры»

«Кто сочиняет балет»

«Тайна балетной туфельки»

«Где можно выучиться на Терпсихору»

3.2 Разучивание и отработка тренажа (11 ч.)

На середине зала:

- Деми и гранд плие по I, II, III позициям с перегибами корпуса;
- Батман тандю по 2 крестом лицом к палке, в конце года одной рукой за палку;
- Батман жете по 1 крестом, в начале года изучается на 1 такт 4/4, за тем на 1 такт 2/4;
- Рон - де- жамб пар тер, отвод ноги назад на затакт;
- Батман релеве лянт (1/4 круга) на 45 градусов в сторону (по мере усвоения – назад, вперёд).
- переходы рук из одной позиции в другую;
-1-е, 2-е пор де бра;
- деми плие;

Аллегро:

- прыжки на двух ногах по первой позиции не выворотно (соте);

4.Элементы народного - сценического танца (25 ч.)

4.1 Упражнения на ориентировку в пространстве. Рисунок танца (4ч.)

- Перестроения из круга в полукруг, в два круга, хождение «змейкой», прохождение по диагонали с разных сторон по одному через середину, перестроение из колонны по одному в четыре.
- Просмотр видеоматериала с танцем «Хоровод»

4.2.. Экзерсис народного танца (5ч.)

- Деми плие плавное и резкое;
- Батман тандю с носка на каблук (одной рукой держась за палку);
- Каблучные упражнения (вынесение ноги на каблук с работой пятки опорной ноги); (в сочетании с «ковырялочкой»);
- Простейшие дробные выстукивания в характере русского танца;

4.3 На середине зала (4 ч.)

Изучение элементов русского танца:

- Поклон (поясной, праздничный);
- Положения рук ;
- Ходы и основные движения: простой дробный, беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад, «припадание»;
- «ковырялочка», «молоточки», «моталочка с подскоком на полупальцах»;
- Хлопки и хлопушки (мальчики): скользящие одиночные хлопки и удары по подошве сапога;
- Дробные ходы: дробная дорожка, шаг со скользящим ударом ноги.

Изучение элементов белорусского танца:

- Тройной шаг с подскоком на затакт;
- Мелкие прыжки с паузой и отбросом ноги.

Изучение элементов северного танца:

- Бег оленёнка;
- Повороты с выпадами в сторону;
- Шаг лисички;
- Боковой приставной шаг с работой плеч.

4.4. Постановка танцев (12 ч.)

- Русский танец «Калинка»
- Этюд белорусского танца «Бульба»
- Ненецкий танец «Северный бальный»

4. Методические рекомендации

Основная установка в работе с детьми – не стремиться к высоким исполнительским достижениям, как самоцели, а использовать навыки, знания и

умения, полученные на занятиях для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребёнка в атмосфере доброжелательности, любви и уважения к своим воспитанникам и профессиональному делу.

Основными принципами планирования, организации и проведения занятий являются: систематичность, последовательность, перспективность, повторяемость, заинтересованность, доступность.

Основными методами в работе с дошкольниками являются:

- метод показа
- словесный метод
- музыкальное сопровождение как методический приём
- импровизационный
- метод иллюстрированной наглядности
- игровой
- концентрический

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы:

- отчетный концерт;
- выступления на утренниках;
- участие в развлечениях;
- участия в мероприятиях городского уровня;
- оформление фотостенда.

Критерии оценки танцевально-ритмических навыков и умений детей

1 год обучения

Гибкость и пластичность		Высокий уровень	Ярко выражены природные данные: подъём стопы, эластичные мышцы всего тела.
		Средний уровень	Физическое развитие в норме, мышцы ребёнка поддаются дальнейшему развитию.
		Низкий уровень	Выраженный кифоз (сутулость), или лордоз (прогиб в пояснице), мышцы ребёнка напряженны, трудно поддаются растяжке.
Музыкальный ритм		Высокий уровень	Чётко повторяет хлопками ритм музыкального сопровождения, выделяет сильную долю в музыке.
		Средний уровень	Выделяет сильную долю в музыке с помощью педагога.
		Низкий уровень	Хлопает не в такт музыки.
Танцевально – двигательные навыки	Народный танец	Высокий уровень	Активно откликается на музыку, двигается легко, непринуждённо. Корпус держит прямо, правильное положение рук на поясе .При движении держит строй.
		Средний уровень	Откликается на музыку, пританцовывает в такт. Корпус держит прямо, старается двигаться в строю.
		Низкий уровень	Корпус зажат Двигается под музыку только при счёте педагога.
	Классический танец	Высокий уровень	Хорошее физическое развитие тела. Высокий балетный шаг. Прыжок лёгкий, высокий, ритмичный. Хорошая координация движений.
		Средний уровень	Физическое развитие тела и координация движений в норме.
		Низкий уровень	Слабое физическое развитее тела. Нарушена координация движения.
Артистизм		Высокий уровень	Выполняет движения выразительно, активно. Улыбка открытая, яркая.
		Средний уровень	Двигается без особых стараний, улыбается по напоминанию педагога.
		Низкий уровень	Двигается без сознательно, не выразительно. Стесняется показать улыбку.

2 год обучения

Гибкость и пластичность		Высокий уровень	Ярко выраженные природные данные: подъём стопы, мышцы тела мягкие, эластичные.
		Средний уровень	Природные данные соответствуют развитию данного возраста.
		Низкий уровень	Мышцы тала ребёнка скованны, напряжены. Отсутствует какая-либо растяжка.
Музыкальный ритм		Высокий уровень	Точно передаёт (хлопками, ударами в ложки) музыкальный ритм. Повторяет любой ритмический рисунок заданный педагогом
		Средний уровень	Выделяет только сильную долю в музыке.
		Низкий уровень	Повторяет ритмический рисунок только с помощью педагога.
Танцевально – двигательные навыки	Народный танец	Высокий уровень	Держит строй. Корпус прямой, подтянутый. Движения легкие, ритмичные.
		Средний уровень	Старается держать строй. Исполняет движения старательно, с желанием.
		Низкий уровень	Не всегда держит строй при движении. Исполняет движения без желания, не аккуратно.
	Классический танец	Высокий уровень	Хорошее физическое развитие тела, Ребёнок вынослив и активен.
		Средний уровень	Физическое развитие соответствует данному возрасту.
		Низкий уровень	Затруднена координация движения. Ребёнок быстро устаёт от физических нагрузок.
Артистизм		Высокий уровень	Во время исполнения танца всегда улыбается. Выполняет движения выразительно, аккуратно.
		Средний уровень	Улыбается по напоминанию педагога. Старается выполнять движения с большой амплитудой.
		Низкий уровень	Не улыбается. Двигается посредственно, не выразительно.

3 год обучения

Гибкость и пластичность		Высокий уровень	Ярко выраженные природные данные: подъём стопы, мышцы тела мягкие, эластичные, хорошая растяжка.
		Средний уровень	Физические данные соответствуют развитию данного возраста, мышцы ребёнка поддаются дальнейшему развитию.
		Низкий уровень	Наблюдается недостатки физического характера (кифоз, лордоз). Мышцы ребенка напряженны, трудно поддаются растяжке.
Музыкальный ритм		Высокий уровень	Самостоятельно выделяет сильную долю в музыке. Повторяет любой ритмический рисунок заданный педагогом. Держит ритм музыкального произведения.
		Средний уровень	Повторяет не сложный ритмический рисунок. Выделяет сильную долю в музыке.
		Низкий уровень	Не всегда выделяет сильную долю в музыке. Ритмический рисунок повторяет только с помощью педагога.
Танцевально – двигательные навыки	Народный танец	Высокий уровень	Корпус прямой, подтянутый. Движения легкие, ритмичные Активно откликается на музыку, двигается легко, непринуждённо. Правильное положение рук на поясе. При движении держит строй.
		Средний уровень	Откликается на музыку, пританцовывает в такт. Корпус держит прямо, старается двигаться в строю. Исполняет движения старательно, с желанием.
		Низкий уровень	Не всегда держит строй при движении. Исполняет движения без желания, не аккуратно
	Классический танец	Высокий уровень	Хорошее физическое развитие тела. Высокий балетный шаг. Прыжок лёгкий, высокий, ритмичный. Хорошая координация движений.
		Средний уровень	Физическое развитие соответствует данному возрасту.
		Низкий уровень	.Затруднена координация движения. Ребёнок быстро устаёт от физических нагрузок
Артистизм		Высокий уровень	Во время исполнения танца всегда улыбается, улыбка открытая, яркая. Выполняет движения выразительно, активно, с большой амплитудой, с высоко поднятой головой.

	Средний уровень	Улыбается по напоминанию педагога. Старается выполнять движения выразительно, эмоционально.
	Низкий уровень	Стесняется показать улыбку. Не может выполнять движения выразительно.

5. Методика проведения диагностики

Гибкость и пластичность:

На **1-ом,2-ом и 3-ем** году обучения выявляется педагогом визуально при выполнение ребёнком упражнений партерного экзерсиса, учитывая физическое развитие, природные данные каждого ребёнка.

Для выявления музыкально-ритмических данных ребёнку предлагается:

1-ый год обучения – прохлопать ритм музыкального сопровождения.

2-ый год обучения – простучать в ложки или прохлопать в ладоши ритмический рисунок по заданию педагога: 2 медленных – 3 быстрых; по 2 удара с правой и левой стороны; равномерных 8 ударов; выделять в музыке сильную долю.

3-ий год обучения – простучать или прохлопать по заданию педагога более сложный ритмический рисунок: 1 медленный – 2 быстрых – 1 медленный -2 быстрых – 5 быстрых; 3 быстрых – 1 медленный – 3 быстрых – 1 медленный – 2 быстрых – 2 быстрых – 2 быстрых – 1 медленный, и т.д. Самостоятельно выстукивать ритмический рисунок музыкального сопровождения.

Танцевально-двигательные навыки:

Разделяются на два подраздела – классический танец и народный танец.

Классический танец:

1-ый год обучения – Знать правильную постановку корпуса на середине.

2-ой год обучения – Ребёнку предлагаются карточки, на которых изображены позиции рук и ног. Определить какие это позиции.

3-ий год обучения – Назвать правильно позиции рук и ног. Исполнить их самостоятельно и методически правильно. Знать название движений классического экзерсиса у станка. Исполнять их.

Народный танец:

1-ый год обучения - Правильно исполнять различные виды шагов (переменный русский, топающий, шаг с точкой).

2-ой год обучения – предлагаются карточки с костюмами разных народов. Ребёнок должен правильно назвать народность.

3-ий год обучения – определять по карточкам народность. По заданию педагога ребёнок выполняет характерные движения русского танца, белорусского танца, движения северного танца.

Артистизм:

На **1-ом**, **2-ом и 3-ем** году обучения выявляется педагогом визуально. Учитывается выразительность, амплитуда исполнения движения, активность. Широкая, открытая улыбка, настроение ребёнка во время исполнения танцев.

6. Список литературы

1. Ветлугина Н.А.Музыкальное воспитание в детском саду. М.:Просвещение, 1981
2. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М., 1991
3. Давыдов В.В. Генезис и развитие личности в детском возрасте //Вопросы психологии. 1992.,№ 1-2.
4. Ермолаева-Томина Л.Б. Психология художественного творчества. М.,2005
5. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. М., 1998
6. Комарова Т.С. Условия и методика развития детского творчества. М.,1994.
7. Сорокин Б. Ф. Философия и психология творчества. Орел, 2000
8. Тарасова О.Г. Искусство балетмейстера. ГИТИС, 2001
9. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. М.: Гном и Д, 2002
10. Ерохина О.В. Школа танцев для детей / серия «Мир вашего ребёнка». -Ростов-на-Дону: Феникс, 2003
11. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003