



## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1. Пояснительная записка.....</b>	<b>3</b>
1.1. Направленность программы.....	3
1.2. Актуальность, новизна и педагогическая целесообразность.....	3
1.3. Цель, задачи принципы реализации Программы.....	4
1.4. Структура занятий и основные формы контроля.....	5
1.5. Ожидаемые результаты освоения программы и способы определения их результативности.....	6
<b>2. Учебно-тематический план программы.....</b>	<b>8</b>
<b>3. Содержание программы.....</b>	<b>11</b>
3.1. Средний дошкольный возраст 4 -5 лет.....	11
3.2. Старший дошкольный возраст 5-6 лет.....	12
3.3. Подготовительная к школе группа 6-7 лет.....	13
<b>4. Методическое обеспечение программы.....</b>	<b>16</b>
4.1. Программно-методическое обеспечение.....	16
4.2. Перечень средств обучения, оборудования.....	17
<b>5. Список использованной литературы.....</b>	<b>19</b>

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1. Направленность программы**

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, так как 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. Таким образом, можно без преувеличения утверждать, что занятия хореографией развивают детей всесторонне.

В дополнительной общеразвивающей программе «Солнечные зайчики» (далее – Программа) определены общие и специальные задачи воспитания и обучения, предусмотрено формирование необходимых представлений, умений, навыков в процессе обучения.

Настоящая дополнительная программа «Солнечные зайчики» разработана с учётом Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 "О примерных требованиях к программам дополнительного образования обучающихся"; СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в дошкольных организациях".

Модифицированная программа дополнительного образования «Солнечные зайчики» разработана на основе программы Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика» и Фирилёвой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. «Танцевально-игровая гимнастика для детей «Са-фи-дансе» и направлена на:

- Музыкально-ритмическое развитие и развитие творческих способностей детей (изучение основ танцевальной культуры, развитие умения красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки);
- Организацию детей в совместной деятельности с педагогом;
- К стимулированию творческой активности, самостоятельности;
- Повышению общего уровня образования и культуры детей.

Программа разработана с учётом возрастных особенностей детей и предназначена для работы с детьми 4 – 7 лет в условиях конкретного ДОУ – «детский сад «Радуга». Программа рассчитана на 3 учебных года. Набор обучающихся носит свободный характер и обусловлен интересами воспитанников и их родителей.

### **1.2. Актуальность, новизна и педагогическая целесообразность**

Актуальность программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания. Умственное и физическое развитие тесно связаны между собой. Без активных движений, без физических упражнений невозможен нормальный рост развитие растущего организма, и в первую очередь мозга. Полноценное умственное и физическое развитие, моральная чистота и активное отношение к жизни и искусству характеризует целостную, гармонически развитую личность, нравственное совершенствование которой во многом зависит от эстетического воспитания. Задачи эстетического воспитания непосредственно связаны с формированием морального облика ребенка - дошкольника. Особая роль в эстетическом воспитании отводится искусству. Танец - это искусство, его специфика состоит в том, что мысли, чувства, переживания человека он передает без помощи речи, средствами движений и мимики.

Дошкольный период общепризнан как начальный этап развития внутреннего мира ребенка, его духовности, формирования общечеловеческих ценностей. Этот возраст является временем интенсивного развития и всесторонней любознательности. Изучение детьми хореографии, вводит их в мир волнующих перевоплощений, радостных переживаний, открывает путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных его возрасту.

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.

Таким образом, занятия хореографией способны оказать разностороннее комплексное влияние на развитие ребёнка и формирование его как эстетически и духовно развитой личности. Оказывая активное влияние на развитие эмоционально-образной сферы мышления, постоянно побуждая к творчеству, давая примеры нравственного поведения, тренируя волю и тело, хореография может дать детям то, чего не хватает в современном процессе обучения и воспитании детей - попытаться уравновесить, гармонизировать интеллектуальное развитие ребёнка с физическим, нравственным, духовным и эмоциональным.

Новизна данной программы в том, что в процессе её реализации большое внимание уделяется проблеме развития творческих способностей у детей. Для её решения необходимо планомерно и целенаправленно развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой. И только правильная организация и проведение педагогом занятий по хореографии помогут ребенку раскрыть свои творческие способности.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она дает возможность овладеть разнообразными танцевальными движениями, что позволит разбудить в каждом ребенке стремление к самовыражению и творчеству через танец.

### **1.3. Цель, задачи и принципы реализации Программы**

**Цель программы** - содействие гармоничному развитию личности дошкольника через приобщение к искусству хореографии.

#### **Задачи программы:**

##### Образовательные:

- обретение знаний и навыков выполнения различных вариаций движений (по форме, структуре и последовательности) в соответствии со средствами музыкальной выразительности;
- усваивание комбинаций, рисунков, перестроений, хореографических композиций на базе проученных движений;
- приобретение навыков эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев);
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса.

##### Развивающие:

- всестороннее гармоничное развитие форм тела и функций организма ребёнка, направленное на совершенствование физических способностей, оптимизации роста, укрепление здоровья (развитие координации, точности и гибкости, пластичности, выразительности движений; укрепление опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки);
- развитие музыкальной памяти, слуха, чувства ритма (музыка, подобранная к движениям, помогает занимающимся закреплять мышечное чувство, а слуховым анализаторам запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков);

- развитие творческого воображения и фантазии, эмоциональной отзывчивости, способности к импровизации в движении;
- развитие различных психических процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления, воли).

#### Воспитательные:

- воспитание моральных и эстетических качеств;
- воспитание общей культуры поведения (умение работать в паре, в коллективе);
- воспитание у детей интереса к занятиям ритмикой путём создания положительного эмоционального настроя.

Музыкально-ритмические занятия имеют и большое оздоровительно-гигиеническое значение. Музыкальный ритм организует движения, повышает настроение детей. Положительные эмоции вызывают стремление выполнять движения энергичнее, что усиливает их воздействие на организм, способствует повышению работоспособности, а также оздоровлению и активному отдыху.

#### **Основные дидактические принципы реализации программы:**

- доступность и наглядность;
- последовательность и систематичность обучения;
- путь от простого к сложному;
- принцип тематических циклов;
- интеграция различных видов детской деятельности;
- индивидуального подхода.

### **1.4. Структура занятий и основные формы контроля**

Программа «Солнечные зайчики» рассчитана на детей 4-7 лет, продолжительность обучения - 3 года. Программа реализуется с 1 сентября по 31 мая, по 2 занятия в неделю, всего 72 занятия в год.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребёнка;
- процессами психического развития ребёнка;
- большим объёмом учебного материала (многопредметностью);
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Продолжительность занятий:

1. Первый год обучения, дети 4-5 лет (средняя группа) - 20 мин.
2. Второй год обучения, дети 5-6 лет (старшая группа) - 25 мин.
3. Третий год обучения, дети 6-7 лет (подготовительная группа) - 30 мин.

Группы формируются в течение первых двух недель сентября из расчета не более 10 человек в группе из детей одной возрастной категории сугубо по интересам воспитанников и их родителей в количестве не менее 52 человек. Форма занятий – групповая, по подгруппам, индивидуальная на основе интересов и потребностей ребёнка. Занятия проводятся в специализированном хореографическом зале во второй половине дня.

Музыкально- ритмическое занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей. Вводная часть начинается с поклона, занимает 5 – 15% общего времени и зависит от решения основных задач. Задачи этой части – подготовить организм ребёнка (центральную нервную систему, различные функции) к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический настрой на работу, сосредоточить внимание. В этой части проводится динамическая разминка по/против линии танца, по диагонали (виды ходьбы, бега, прыжки, притопы в сочетании с различным положением рук) или упражнения классического экзерсиса.

Основная часть длится от 70 до 85% общего времени. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, разучиваются танцевальные элементы, комплексы общеразвивающих движений, проводится репетиционно – постановочная работа.

Заключительная часть составляет от 3 до 7% общего времени. В этой части происходит постепенный переход от возбуждённого к относительно спокойному состоянию детей посредством снижения физической нагрузки. В заключительной части используются упражнения на расслабление, комплексы игропластики, упражнения дыхательной гимнастики, игровой самомассаж.

Таким образом, упражнения распределяются с учётом возрастания физиологической нагрузки: в вводной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде; затем происходит постепенное увеличение темпа, что соответственно приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключении нагрузка постепенно снижается.

Формы и методы контроля:

Диагностика проводится 2 раза в год: в начале года и в конце, по результатам которой, корректируется индивидуальная работа с детьми на следующий год обучения (*Приложение 1*);

Формы аттестации:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в культурно-массовых, спортивных мероприятиях и праздниках;
- участие в танцевальных конкурсах различного уровня.

### **1.5. Ожидаемые результаты освоения программы способы определения их результативности**

В результате освоения дополнительной образовательной программы дети должны **знать:**

- настроение и характер музыки;
- жанровые особенности музыки;
- основные движения, упражнения, используемые в музыкально-ритмической деятельности;
- элементы национальных и бальных танцев;
- основные танцевальные позиции рук и ног, упражнения классического экзерсиса.

В результате освоения дополнительной образовательной программы дети должны **уметь:**

- ориентироваться в пространстве (самостоятельно находить место в зале, знать различные перестроения и выполнять их);
- самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки;
- выполнять изучаемые в течение года танцевальные комбинации, комплексы общеразвивающих упражнений, элементы национальных и бальных танцев, упражнения классического экзерсиса;
- исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях и под другую музыку;
- передавать в пластике разнообразный характер музыки, используя общеразвивающие и танцевальные виды движений;
- сочувствовать и сопереживать, воспринимая музыкальный образ.

Для определения результативности ожидаемых результатов освоения дополнительной образовательной программы проводится педагогическая диагностика освоения программы каждым воспитанником. В диагностике используются специальные задания, с помощью которых можно отследить изменения и определить необходимую дополнительную работу с каждым ребенком по реализации программы

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

### Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол - во часов всего	Кол - во часов теория	Кол - во часов практика	Формы аттестации, контроля
1	Вводное занятие	2	1.5	0.5	Беседа
2	Общеразвивающие движения	10	1	9	Наблюдение
3	Упражнения классического экзерсиса	6	1	5	Наблюдение
4	Элементы народного танца	9	1	8	Наблюдение
5	Элементы бального танца	12	2	10	Наблюдение
6	Строения и перестроения	5	1	4	Наблюдение
7	Репетиционно-постановочная работа	19	2	17	Участие детей в культурно-массовых мероприятиях, в конкурсах различного уровня
8	Музыкально-подвижные игры, игропластика	5	0.5	4.5	Наблюдение
9	Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребёнка	4	1	3	Мониторинг
Итого:		72	11	61	

### Учебный план на 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол - во часов всего	Кол - во часов теория	Кол - во часов практика	Формы аттестации, контроля
1	Вводное занятие	1	1	0	Беседа
2	Общеразвивающие движения	8	1	7	Наблюдение
3	Упражнения классического экзерсиса	8	1	7	Наблюдение
4	Элементы народного танца	8	1	7	Наблюдение
5	Элементы бального танца	8	1	7	Наблюдение
6	Строения и перестроения	4	0.5	3.5	Наблюдение
7	Репетиционно-постановочная работа	27	2	25	Участие детей в культурно-массовых мероприятиях, в конкурсах различного уровня
8	Музыкально-подвижные игры, игропластика	4	0.5	3.5	Наблюдение
9	Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребёнка	4	1	3	Мониторинг
Итого:		72	9	63	

### Учебный план на 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол - во часов всего	Кол - во часов теория	Кол - во часов практика	Формы аттестации, контроля
1	Вводное занятие	1	1	0	Беседа
2	Общеразвивающие движения	6	1	5	Наблюдение
3	Упражнения классического экзерсиса	8	1	7	Наблюдение
4	Элементы народного танца	8	1	7	Наблюдение
5	Элементы бального танца	8	1	7	Наблюдение
6	Строения и перестроения	4	0.5	3.5	Наблюдение
7	Репетиционно-постановочная работа	29	2	27	Участие детей в культурно-массовых мероприятиях, в конкурсах различного уровня
8	Музыкально-подвижные игры, игропластика	4	0.5	3.5	Наблюдение
9	Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребёнка	4	1	3	Мониторинг
Итого:		72	9	63	

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. 1-й год обучения (4-5 лет)

##### **Раздел 1:** Вводное занятие.

Теория: Понятие танец, виды танца(показ видеоматериала),правила поведения на занятиях, техника безопасности.

Практика: Разучить реверанс для девочек, поклон для мальчиков по бй (1й) позиции ног.

##### **Раздел 2:** Общеразвивающие движения.

Теория: Виды ходьбы, бега, пружинные движения, волнообразные движения, наклоны, повороты.

Практика: Освоить виды ходьбы: мягкий шаг, высокий шаг, марш, ходьба на носках, на пятках. Освоить обычный бег, танцевальный бег. Освоить пружинные движения руками: воображаемые нажимы, отталкивания, подъёмы, подтягивания. Освоить пружинные движения ногами: «качели» на месте, полуприсед на всей ступне. Освоить волнообразные движения руками, плечами: «паровозик», «незнайка». Освоить наклоны головы и туловища в разные стороны. Освоить простые повороты. Освоить детские комплексы общеразвивающих упражнений: «Улыбка», «Обезьянки», «Весёлый слонёнок», «Стирка», «Кузнечик».

##### **Раздел 3:** Упражнения классического экзерсиса.

Теория: Назначение гимнастического станка. Понятия позиции рук, ног в классическом танце, корпус.

Практика: Освоить позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3), положение кисти. Освоить- позиции ног (выворотные 1,2). Освоить: demi plie (по 1, 2 позиции), battement tendu (по 1 позиции), releve ( по 1, 6 позиции).

##### **Раздел 4:** Элементы народного танца.

Теория: Истоки и особенности русского народного танца.

Практика: Освоить простой поклон в русском танце. Освоить основные положения рук в русском танце (кулачки на пояс, работа с платком, «полочка»). Освоить дробный шаг, «пружинку», «ковырялочку», полуприсядку с хлопками по голени. Освоить основные положения в паре («под ручки», сзади за талию). Освоить основные перестроения в русском танце: «звёздочка», «карусель».

##### **Раздел 5:** Элементы бального танца.

Теория: Разновидности бального танца.

Практика: Разучить основные элементы танца Вальс :«лодочка», «окошко». Разучить основные элементы танца. Полька: боковой галоп в сочетании с прыжками, положения рук в парной польке («лодочка», мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки на его плечи).

##### **Раздел 6:** Строения и перестроения.

Теория: Понятие интервал, движение по/против линии танца.

Практика: Освоить простейшие построения: шеренга, колонна, шахматный порядок, круг (сужение и расширение круга), повороты вправо, влево.

##### **Раздел 7:** Репетиционно-постановочная работа.

Теория: Характер изучаемого танца, его особенности.

Практика: Разучить разнообразные танцевальные композиции.

**Раздел 8:** Музыкально-подвижные игры, игропластика.

Теория: Правила игры, техника безопасности.

Практика: Освоить комплексы игропластики: «Кошечка», «Цыплёнок», «Мышка», «Рыбка». Освоить музыкально – подвижные игры: «Иголочка и ниточка», «Передай платочек», «Жуки и пчёлы», «Давай поздороваемся», «День – ночь», «Воробышки»,

**Раздел 9:** Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребёнка.

Практика: проведение специальных упражнений на координацию и гибкость, на творческие проявления, эмоциональность, музыкальность.

### 3.2. 2-й год обучения (5-6 лет)

**Раздел 1:** Вводное занятие.

Теория: Беседа «Танец, виды танца», просмотр видео материалов, повторение правил поведения на занятиях, техники безопасности.

Практика: Разучить реверанс для девочек, поклон для мальчиков по 3-й позиции ног.

**Раздел 2:** Общеразвивающие движения.

Теория: Виды ходьбы, бега, пружинные движения, волнообразные движения, наклоны, повороты, подскоки.

Практика: Закрепить виды ходьбы: мягкий шаг, высокий шаг, марш, ходьба на носках, на пятках. Закрепить обычный бег, танцевальный бег. Закрепить пружинные движения руками: воображаемые нажимы, отталкивания, подъёмы, подтягивания. Закрепить пружинные движения ногами: «качели» на месте, полуприсед на всей ступне. Закрепить волнообразные движения руками, плечами: «паровозик», «незнайка». Закрепить наклоны головы и туловища в разные стороны. Закрепить простые повороты. Усложнить детские комплексы общеразвивающих упражнений: «Улыбка», «Обезьянки», «Весёлый слонёнок», «Стирка», «Кузнечик».

Освоить виды ходьбы: острый шаг, приставной шаг, шаг притоп. Освоить бег с высоким подниманием бедра, лёгкий бег с поочерёдным выносом прямых ног вперёд. Освоить пружинные движения ногами: «качели» с продвижением. Освоить подскоки. Разучить детский комплекс общеразвивающих упражнений с предметом «Колобок».

**Раздел 3:** Упражнения классического экзерсиса.

Теория: Назначение гимнастического станка. Понятия позиции рук, ног в классическом танце, корпус.

Практика: Закрепить позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3), положение кисти. Закрепить позиции ног (выворотные 1,2). Закрепить: demi plie (по 1, 2 позиции), battement tendu (по 1 позиции), releve ( по 1, 6 позиции).

Освоить 3 позицию ног. Освоить: demi plie (по 3 позиции), releve ( по 2,3 позиции).

Освоить grand plie (по 1, 2, 3 позиции), battement tendu jete (по 1 позиции).

**Раздел 4:** Элементы народного танца.

Теория: Истоки и особенности русского народного танца.

Практика: Закрепить простой поклон в русском танце. Закрепить основные положения рук в русском танце (кулачки на пояс, работа с платком, «полочка»). Закрепить дробный шаг, «пружинку», «ковырялочку», полуприсядку с хлопками по голени. Закрепить основные положения в паре («под ручки», сзади за талию). Закрепить основные перестроения в русском танце: «звёздочка», «карусель».

Усложнить поклон в русском танце. Освоить каблучный шаг, приставной шаг, «гармошку», «ёлочку». Освоить основные перестроения в русском танце: «руччйк», «воротца».

#### **Раздел 5:** Элементы бального танца.

Теория: Разновидности бального танца.

Практика: Закрепить основные элементы танца Вальс «лодочка», «окошко». Закрепить основные элементы танца Полька: боковой галоп в сочетании с прыжками, положения рук в парной польке («лодочка», мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки на его плечи).

Разучить вальсовый шаг. Разучить основные элементы танца Полька: шаг польки, шаг польки в сочетании с подскоками, положения рук в парной польке крест-накрест. Разучить простые элементы танца Танго и положения рук в паре. Разучить простые элементы танца Рок-н-ролл и положения рук в паре.

#### **Раздел 6:** Строения и перестроения.

Теория: Понятие интервал, движение по/против линии танца.

Практика: Закрепить простейшие построения: шеренга, колонна, шахматный порядок, круг (сужение и расширение круга), повороты вправо, влево.

Освоить диагональ.

#### **Раздел 7:** Репетиционно-постановочная работа.

Теория: Характер изучаемого танца, его особенности.

Практика: Разучить разнообразные танцевальные композиции.

#### **Раздел 8:** Музыкально-подвижные игры, игропластика.

Теория: Правила игры, техника безопасности.

Практика: Закрепить комплексы игропластики: «Кошечка», «Мышка», «Рыбка». Усложнить музыкально – подвижные игры: «Иголочка и ниточка», «Передай платочек», «Жуки и пчёлы», «Давай поздороваемся», «День – ночь», «Воробышки»,

Освоить комплексы игропластики: «Цыплёнок», «Морские фигуры». Освоить музыкально – подвижные игры: «Рыбки», «Цапля и лягушки», «Отгадай чей голосок», «Слушай команду».

#### **Раздел 9:** Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребёнка.

Практика: проведение специальных упражнений на координацию и гибкость, на творческие проявления, эмоциональность, музыкальность.

### **3.3.3-й год обучения (6-7 лет)**

#### **Раздел 1:** Вводное занятие.

Теория: Беседа: «Какие танцы вы знаете, в чём их особенности?», просмотр видео материалов, повтор правил поведения на занятиях, техники безопасности.

Практика: Творческое задание: «Придумай свой поклон».

#### **Раздел 2:** Общеразвивающие движения.

Теория: Виды ходьбы, бега, пружинные движения, волнообразные движения, наклоны, повороты, подскоки.

Практика: Совершенствовать виды ходьбы: мягкий шаг, острый шаг, высокий шаг, приставной шаг, шаг притоп, марш, ходьба на носках, на пятках. Совершенствовать обычный бег, танцевальный бег, бег с высоким подниманием бедра, лёгкий бег с поочерёдным выносом прямых ног вперёд. Совершенствовать пружинные движения

руками: воображаемые нажимы, отталкивания, подъёмы, подтягивания. Совершенствовать пружинные движения ногами: «качели» на месте и с продвижением, полуприсед на всей ступне. Совершенствовать волнообразные движения руками, плечами: «паровозик», «незнайка». Совершенствовать наклоны головы и туловища в разные стороны. Совершенствовать простые повороты. Совершенствовать подскоки. Совершенствовать детские комплексы общеразвивающих упражнений: «Улыбка», «Обезьянки», «Весёлый слонёнок», «Стирка», «Кузнечик», «Колобок».

### **Раздел 3:** Упражнения классического экзерсиса.

Теория: Назначение гимнастического станка. Понятия позиции рук, ног в классическом танце, корпус.

Практика: Совершенствовать позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3), положение кисти. Совершенствовать позиции ног (выворотные 1,2,3). Совершенствовать: demi plie (по 1,2,3 позиции), grand plie (по 1, 2, 3 позиции), battement tendu (по 1 позиции), battement tendu jete (по 1 позиции), releve ( по 1,2,3, 6 позиции).

### **Раздел 4:** Элементы народного танца.

Теория: Истоки и особенности русского народного танца.

Практика: Совершенствовать поклон в русском танце. Совершенствовать основные положения рук в русском танце (кулачки на пояс, работа с платком, «полочка»). Совершенствовать каблучный шаг, дробный шаг, приставной шаг, русский переменный шаг в круг из круга, тройной притоп, «пружинку», «ковырялочку», «ковырялочку» с подскоком, «гармошку», «ёлочку», полуприсядку с хлопками по голени. Совершенствовать основные положения в паре («под ручки», сзади за талию). Совершенствовать основные перестроения в русском танце: «звёздочка», «змейка», «карусель», «ручечек», «воротца».

### **Раздел 5:** Элементы бального танца.

Теория: Разновидности бального танца.

Практика: Совершенствовать вальсовый шаг и основные элементы танца: «лодочка», «окошко», «звездочка». Совершенствовать основные элементы танца Полька: шаг польки, шаг польки в сочетании с подскоками, прямой и боковой галоп в сочетании с прыжками, положения рук в парной польке (крест-накрест, «лодочка», мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки на его плечи). Совершенствовать основные элементы танца Танго и положения рук в паре. Совершенствовать основные элементы танца Рок-н-ролл и положения рук в паре.

### **Раздел 6:** Строения и перестроения.

Теория: Понятие интервал, движение по/против линии танца.

Практика: Совершенствовать построения: шеренга, колонна, шахматный порядок, диагональ, круг (сужение и расширение круга), повороты вправо, влево.

### **Раздел 7:** Репетиционно-постановочная работа.

Теория: Характер изучаемого танца, его особенности.

Практика: Разучить разнообразные танцевальные композиции.

### **Раздел 8:** Музыкально-подвижные игры, игропластика.

Теория: Правила игры, техника безопасности.

Практика: Совершенствовать комплексы игропластики: «Кошечка», «Цыплёнок», «Мышка», «Рыбка» «Морские фигуры». Усложнить музыкально – подвижные игры: «Рыбки», «Цапля и лягушки», «Иголочка и ниточка», «Передай платочек», «Отгадай чей

голосок», «Жуки и пчёлы», «Давай поздороваемся», «День – ночь», «Воробышки», «Слушай команду».

**Раздел 9:** Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребёнка.

Практика: проведение специальных упражнений на координацию и гибкость, на творческие проявления, эмоциональность, музыкальность.

## 4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### 4.1. Программно-методическое обеспечение

Педагогические условия для реализации программы:

Создание развивающей среды в детском саду (хореографический зал, оборудованный зеркалами и хореографическим станком).

- Разработка занятий по музыкально-ритмическому развитию дошкольников;
- Взаимодействие с родителями и педагогами.

Кроме основных занятий (индивидуальных, групповых и открытых), практикуются следующие формы работы: беседы, консультации, мастер - классы, семинар-практикум, анкетирование, участие детей в культурно-массовых и спортивных мероприятиях, конкурсах разного уровня.

Применяется использование элементов педагогических технологий:

- Игровые технологии. Игровые технологии обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта.

- Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение. Данная технология позволяет организовать обучение воспитанников в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу.

- Информационные технологии используются для обеспечения материально – технического оснащения. Для качественного звучания танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям, используются компьютерные технологии.

- Технология здоровье сберегающего обучения по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

- Технология проблемного обучения используется в целях повышения эффективности воспитательной работы. Особенностью данного подхода является реализация идеи «обучение через открытие»: ребенок должен сам открыть явление, закон, закономерность, свойства, способ решения задачи, найти ответ на неизвестный ему вопрос.

Для эффективного обучения и достижения положительных результатов используются следующие методы обучения:

- Игровой метод (основной формой общественной жизни и способом физического, психического развития, воспитания нравственно-волевых качеств, творческих способностей в дошкольном возрасте является игра, поэтому обучение музыкально-ритмическим движениям детей станет намного эффективней, если они будут проведены в игровой форме, в которой дети творчески познают возможности своего тела).

- Метод использования слова (раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений, даётся оценка воспитанникам).

- Метод наглядного восприятия (показ упражнений; прослушивание ритма и темпа музыки, что помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков).

- Практические методы основаны на активной деятельности самих детей (многократное повторение конкретного музыкально- ритмического движения) и делятся на метод целостного освоения упражнений, метод обучения посредством их расчленения.

- Метод аналогии широко используется в программе обучения (образ, поза, двигательная имитация какого-либо животного или представителя растительного мира). Педагог, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребёнка, его пространственно-образное мышление, способствует высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

- Метод интеграции является одним из главных методов работы с хореографическим коллективом, так как позволяет собрать в единое целое различные виды искусств, выбрать большую информативную ёмкость учебного материала.

- Метод поощрения. Для того чтобы ребенок ощущал эмоциональное благополучие, чтобы ему было уютно и комфортно на занятии, должна быть создана нужная атмосфера, важными составляющими которой являются взаимное уважение, искренность и одобрительные слова педагога.

#### 4.2. Перечень средств обучения, оборудования

№п/п	Наименование ТСО	Марка
1	Телевизор с настенным креплением	LQ 26
2	Музыкальный центр	LQ
3	Ноутбук	hp

№п/п	Наименование	Имеется в наличии (количество)
1	Наглядно-дидактическое пособие - игра «Занимательная хореография»	1 куб
2	Наглядно-дидактическое пособие – игра «Позиции рук»	30 карточек
3	Наглядно-дидактическое пособие – игра «Позиции ног»	30 карточек
4	Наглядно-дидактическое пособие – игра «Позиции ног» 2	1
5	Наглядно-дидактическое пособие – игра «Весело – грустно!»	1 кубик
6	Наглядно-дидактическое пособие – игра «Учим танцы играя!»	50 карточек
7	Картотека комплексов общеразвивающих движений игровым методом	1
8	Картотека комплексов игропластики	1
9	Картотека дыхательных упражнений	1
10	Картотека музыкально – подвижных игр	1
11	Гимнастические ленты	34 шт.
12	Резиновые мячики	15 шт.
13	Детские пластиковые тапки	8 шт.
14	Маски «Обезьянка»	8 шт.
15	Маски «Слонёнок»	8шт.
16	Маски «Котёнок»	8 шт.
17	Маска «Мышонок»	1 шт.

18	Гимнастические коврики	1 шт.
19	Видео архив выступлений воспитанников хореографического объединения	USB флеш - накопитель
20	Фото архив по возрастным группам	USB флеш - накопитель
21	Музыкальный репертуар	USB флеш - накопитель

## Список используемой литературы

1. Барышникова Т.К. «Азбука хореографии». – СПб, 1996.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб, 2002. – 220 с.
3. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала».- М., 2004.
4. Гусев Г.П. «Этюды».- М., 2004.
5. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
6. Звездочкин В.А. «Классический танец». – Ростов н/Д., 2003.
7. Иванов В.А. «Детский танец». Методическое пособие. Пермь, 1998.
8. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать». – М., 2003.
9. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учебное пособие для учащихся пед. уч-щ. – М.: Просвещение, 1989. – 175с.
10. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду». Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.:Линка – Пресс, 2006.
11. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. – 352 с.

## Мониторинг

### Определение уровня освоения воспитанниками дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№	Ф.И. ребенка	Определение характера музыки, темпа, ритмики	Знание основных видов общеразвивающих движений	Умение самостоятельно исполнять танцевальные композиции	Умение эмоционально передавать в движении характер музыкального произведения	Координация и гибкость	Средний показатель
1							

#### Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребёнка

**1. Координация** – это точность движений рук и ног при выполнении упражнений.

**Упражнение 1.** Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

**Упражнение 2.** Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

**Упражнение 3.** Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

Результаты: 3 балла - правильное одновременное выполнение движений. 2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа. 1 балл - неверное выполнение движений.

**2. Гибкость тела** – это степень прогиба назад и вперед.

**Упражнение 1.** «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед). Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к ковра. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не сгибать, ноги должны оставаться прямыми.

Результаты: оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами. 3см и меньше – низкий уровень (1 балл), 4-7см – средний уровень (2 балла), 8-11см – высокий уровень (3 балла).

**Упражнение 2** «Кольцо» (проверка гибкости тела назад). Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

Результаты: 3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад. 2 балл – средняя подвижность позвоночника. 1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

**3. Творческие проявления** - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений.

**Упражнение 1.** Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить различных персонажей.

Результаты: 3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ. 2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. 1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации.

**4. Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, восторг, тревогу и др.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.

**Упражнение 1.** Детям предлагается изобразить «усталую старушку»; «хитрую лису»; «девочку, которая удивляется»; сердитого волка» и т.д..

Результаты: 3 балла - эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то проговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. 2 балла - менее эмоциональные дети с более простой мимикой. 1 балл – неэмоциональные дети с бедной мимикой и невыразительными движениями.

**5. Музыкальность** - способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом.

**Упражнение 1.** «Заведи мотор». Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

Результаты: Оценивается по 3х бальной системе соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога.)

**6. Чувство ритма.** Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно, используя короткие отрывочные высказывания.

**Упражнение 1.** «Ладочки» Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Результаты: 1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. 2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком. 3 балла – точно передает ритмический рисунок.

#### **Критерии показателей:**

Оцениваются показатели по внешним проявлениям по 3х бальной системе:

- высокий уровень: 3 балла;
- средний уровень: 2 балла;
- низкий уровень: 1 балл.

**Высокий уровень:** Ребёнок гибок и пластичен; умеет чётко выполнять танцевальные движения способен запоминать и воспроизводить хореографические комбинации, перестроения по рисункам. Правильно определяет характер музыки, темп, ритм; умеет передавать в пластике движений музыкальный образ, импровизировать.

**Средний уровень:** Ребёнок достаточно пластичен; определяет темп, ритм, характер музыки; умеет передать в пластике музыкальный образ; выполняет не сложные танцевальные движения. С помощью взрослого определяет вид танца.

**Низкий уровень:** Ребёнок допускает ошибки при выполнении танцевальных движений и перестроений в зале; не способен самостоятельно определить темп, ритм, характер музыки; не умеет передавать музыкальный образ в пластике.

Диагностика основана на современных диагностиках:

1. А.И. Буренина «Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка».
2. С.Л. Слуцкая «Тесты для определения хореографических данных».
3. Н.В. Полтавцева «Обследование уровня развития физических качеств».