

Иркутская Региональная Общественная Организация  
«Центр детского развития «Баланс»  
ИРОО ЦДР «Баланс»

Утверждаю

Согласовано

Директор ИРОО СТМ

президент ИРОО ЦДР «Баланс»

Д.С. Яковченко

Е.А. Симбирская

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа

## «ФЕЕРИЯ»

Возраст детей: 3-6 лет  
Срок реализации: 3 года

Разработала: педагог  
дополнительного  
образования  
Первой категории  
**СИМБИРСКАЯ Е.А.**



Иркутск, 2021г.

«Ангелы умеют летать не потому, что они легкие,  
а потому, что умеют делать себя легче»  
Ирландская пословица

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

**Актуальность программы.** В настоящее время современная образовательная система в России переживает эпоху активного преобразования. А это требует пересмотра традиционных подходов, существующих в образовательном процессе.

Сегодня стало очевидным, что надо управлять не личностью, а процессом ее развития. А это означает, что приоритет в работе педагога отдается приемам опосредованного педагогического воздействия: происходит отказ от лобовых методов, воздержание от излишнего дидактизма, назидательности; вместо этого выдвигаются на первый план диалогические методы общения, развитие через создание воспитывающих ситуаций, разнообразную творческую деятельность.

Основные методические инновации сегодня, связаны с применением активных или, как их еще называют, интерактивных методов обучения. Хотелось бы уточнить само понятие. Слово "интерактив" пришло к нам из английского от слова **interact** (*inter* - взаимный, *act* - действовать). Интерактивный означает способность взаимодействовать или находиться в режиме беседы, диалога с чем-либо (например, компьютером) или кем-либо (человеком). Следовательно, интерактивное обучение – это, прежде всего, диалоговое обучение, в ходе которого осуществляется взаимодействие. Этот подход оказался для меня наиболее реальным путем обеспечения положительной мотивации учащихся к изучению ритмики и спортивного танца, формирования устойчивого познавательного интереса учащихся к предмету, повышения качества знаний, создания педагогических условий для развития способностей учащихся.

Суть интерактивного обучения состоит в том, что учебный процесс организован таким образом, что практически все учащиеся оказываются вовлечеными в процесс познания. Совместная деятельность учащихся в процессе познания, освоения учебного материала означает, что каждый вносит свой особый индивидуальный вклад, идет обмен знаниями, идеями, способами деятельности. Причем, происходит это в атмосфере доброжелательности и взаимной поддержки, очень часто в виде игры, что позволяет не только получать новое знание, но и развивает саму познавательную деятельность, а также побуждает обучающихся к взаимодействию друг с другом.

В одной китайской притче говорится: «Скажи мне – и я забуду; покажи мне – и я запомню; дай сделать – и я пойму». В этих словах находит свое отражение суть интерактивного обучения.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка	3
2. Цель и задачи обучения	6
3. Принципы и методика обучения	8
4. Учебно-тематический план 1 года обучения	9
5. Календарно-тематический план 1 года обучения	10
6. Учебно-тематический план 2 года обучения	16
7. Календарно-тематический план 2 года обучения	17
8. Учебно-тематический план 3 года обучения	23
9. Календарно-тематический план 2 года обучения	24
10. Содержание программы	29
11. Прогнозируемая результативность	36
12. Методические условия реализации программы	37
13. Литература	39

**Направленность:** данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание танцевальной культуры и привития начальных навыков в искусстве танца. Программа содержит необходимый минимум тренировочных упражнений и танцевальных движений, способствующих гармоничному развитию учащихся.

**Отличительные особенности данной программы:** Проанализировав некоторые образовательные программы по дисциплине «ритмика», «хореография», можно сделать вывод, что многие методические приемы требуют доработки, не учтены множество возможностей применения интерактивных технологий обучения, все обучение дается с позиции учителя, практически нет диалогового общения и взаимодействия между обучающимися. Поэтому на первый план выходит проблема создания новой программы обучения, основанной на применении интерактивных технологий учебного процесса.

**Новизна** данной программы заключается в том, что в ней активно задействованы интерактивные технологии, ребенок обучается танцу в процессе игры, общения с другими детьми, педагогом; находит новые способы самовыражения в процессе обучения.

В основу программы занятий ритмикой и основами бального танца заложен деятельный подход к воспитанию, образованию, развитию ребенка средствами танца. Таким образом, ребенок на всех уровнях — от средней до подготовительной группы — становится вовлеченным в продуктивную творческую деятельность, где он выступает, с одной стороны, в качестве исполнителя, а с другой (на более высоких ступенях) — художника, композитора, режиссера, автора танца в целом.

Необходимость ощутить на себе социальную роль художника-творца настоятельно требует от него осмыслиения действительности, выявления своего собственного отношения, позиции, а значит, внутренней свободы — открытости миру в противовес замкнутости и зажиму, характерным для многих детей всех возрастных групп. В программе затрагивается проблема творческого общения в процессе создания танца.

Данную образовательную программу можно классифицировать следующим образом:

- ⇒ по целевому назначению — общекультурная;
- ⇒ по содержанию и видам деятельности — профильная;
- ⇒ по степени авторства — адаптационная;
- ⇒ по срокам реализации — трехгодичная;;
- ⇒ по уровню развития детей — общая.

Программа разработана на основе типовой программы «Ритмика» (сборник «Программы общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением»/ Под ред. О.А. Петрашевича. – Минск:

Национальный институт образования, 2005), а также методики Е.В.Горшковой «От жеста к жесту» (по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце).

Содержание программы соответствует современным образовательным технологиям, отраженным в принципах обучения. Ведущие педагогические идеи, ценности, принципы обучения и воспитания, следование которым обеспечивает реализацию целевого назначения программы, – это:

➤ **Принцип индивидуальности.** Применяя личностно-ориентированный подход, педагог помогает воспитаннику выявить возможности его организма, реализовать его интересов.

➤ **Принцип доступности,** который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям, при этом, однако необходимо приучать учеников к преодолению трудностей. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов.

➤ **Принцип преемственности.** После изучения элементарных движений танца задания осторожно усложняются. Освоение последующих заданий гораздо легче на основе предыдущих.

➤ **Принцип систематичности.** Соблюдение дидактического принципа «от простого к сложному», осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности, овладение языком танцевальных движений. Понимание семантики, значений этих движений, умение с их помощью выражать отношение, настроение свое собственное или изображаемого персонажа, а также умение связывать эти «единицы» языка движений в «речевые» построения, включая их в контекст танца. И здесь главное для педагога – целенаправленное обучение их этому языку, в процессе которого дети знакомятся не только с семантикой отдельных движений, но и с принципами их изменения, варьирования, а также простейшими приемами композиции танца.

## **2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ.**

**Цель программы:** формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры; развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

В сущности, основная цель танцевальных занятий, состоит не только в том, чтобы развить определенные физические качества у занимающихся, но и сделать занятия интересными, привлекательными и доступными. При этом нужно учитывать психологические особенности детей, уровень их физической подготовленности, интересы.

Множество разработчиков программ дополнительного образования, а также множество исследователей предлагают в основу обучения детей младшего школьного возраста положить *игровое начало*. Речь идет о том, чтобы сделать игру органичным компонентом урока. Игра на уроке танца не должна являться наградой или отдыхом после нелегкой или скучной работы, скорее труд возникает на почве игры, становится ее смыслом и продолжением.

Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе.

Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения — использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний. Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений), дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей.

Выполнение целевых установок предполагает создание условий для выполнения следующих задач:

### **В области хореографии:**

- расширение знаний в области современного хореографического искусства;
- выражение собственных ощущений, с использованием языка хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- умение понимать «язык» движений, их красоту.
- Формирование у учеников танцевальных знаний, умений, навыков, путем обучения ритмике, основам спортивного бального танца, гимнастике, основам хореографии, пластики.
- Повышение интереса к занятиям танцем, развитие потребности в систематических занятиях спортом

**В области воспитания:**

- содействие гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- развитие творческих способностей детей на основе личностно-ориентированного подхода.
- развитие чувства гармонии, чувства ритма;
- совершенствование нравственно-эстетических, духовных и физических потребностей.
- Привитие навыков социального общения, этикета, культуры общения и поведения.

**В области физической подготовки:**

- Развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, координационных способностей; развитие зрительной и двигательной чувствительности, быстроты реакции;
- развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;
- укрепление физического и психологического здоровья.
- Повышение работоспособности и двигательной активности

**Организационные условия реализации программы:**

Программа рассчитана на детей – 3-6 лет, дошкольников.

Общее количество часов – 78 часов.

Периодичность проведения занятий – 2 раза в неделю.

Продолжительность одного занятия – 30 мин. - средние и младшие группы,  
45 мин. - старшие и подготовительные группы

Нормы наполнения групп – 15-20 детей.

Форма организации учебно-воспитательного процесса: *групповая*.

При разработке данной программы были использованы такие частные дисциплины, как психология спорта, теория и методика физической культуры, специальная педагогика, планирование и построение спортивно-педагогического процесса.

**Содержание программы направлено на:**

- создание условий для развития личности ребенка;
- развитие мотивации личности ребенка к познанию и творчеству;
- обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям;
- целостность процесса психического и физического, умственного и духовного развития личности ребенка;
- укрепление психического и физического здоровья детей;

### **3. ПРИНЦИПЫ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

#### **Основные принципы обучения:**

- **принцип сознательности и активности**, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- **принцип наглядности**, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео - и фотоматериалы, словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные, использование тренажеров и имитаторов и т.д.)
- **принцип доступности**, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям, при этом, однако необходимо приучать учеников к преодолению трудностей. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов.
- **принцип систематичности**, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и изучение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

#### **Основные методы обучения:**

В процессе обучения используются следующие методы обучения:

- 1. Ознакомление** - создание общего предварительного представления, об элементе, которое лежит в основе сознательного освоения любого двигательного действия. В результате первичных сведений о новом элементе (форме, амплитуде, направлении приложения усилия, позиции) и двигательного навыка, накопленного в памяти ученика, устанавливаются общие связи, обеспечивающие построение исходной программы предстоящих двигательных действий.
- 2. Разучивание, закрепление навыка** - непосредственное овладение основами техники выполнения элемента. На данном этапе в результате активной совместной работы учителя и ученика уточняются представления о динамике движение, осуществляется закрепление двигательного навыка, осуществляется связь с предыдущими изученными движениями.
- 3. Совершенствование техники** - на данном этапе осуществляется твердое усвоение двигательного навыка, умение выполнять движения ритмически верно, в том числе в паре.

**4. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ КРУЖКА  
РИТМИКИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ  
1 ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

№	Наименование темы	Общее количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Организационная работа	1	1	
2.	Массовые танцы и танцевальные игры	14	1	13
3.	Элементы муз. Грамоты	5	2	3
4.	Танцевальная азбука	3	2	1
5.	Освоение основных движений танцев и плясок	12	3	9
6.	Элементы классического танца	2	1	1
7.	Танцы в характере современной пластики	10		10
8.	Танцы произвольной композиции	10	1	9
9.	Закрепление пройденного материала	10	1	9
10.	Подготовка к праздничным и концертным мероприятиям	11	2	9
11.	Всего за учебный год.	78	15	63

**5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ КРУЖКА  
РИТМИКИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ  
1 ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

№ Р А З Д Е Л А	Темы занятий	Общее кол-во часов	T	E	P	A	Сроки реализации
			Е	О	Р	И	
1.	Вводное занятие. Знакомство с правилами поведения на уроке танца. Изучение танцевальной разминки.	1		1			сентябрь
2.	Массовые танцы: Изучение танцевальной разминки, линейные танцы на выбор педагога («Белочка», «Утятка», для младших подгрупп; «красная шапочка», «Пингвины», для старших подгрупп.).	6			6		сентябрь
	Массовые танцы: танцевальные композиции, требующие перемещения по линиям, изменения рисунка танца, использующие движения танцующих по кругу, в круг, из круга по выбору педагога («Ремонт», «Хоровод», для младших подгрупп; «Страхи», «Гномики», – для старших подгрупп).	2			2		сентябрь
3.	Элементы музыкальной грамоты. Музыкальные жанры: песня, танец, марш.	1			1		октябрь
4.	Танцевальная Азбука. Положения и направления движения частей тела (ног, рук, корпуса, головы).  Элементы классического танца. Позиции ног:	1		1	1		октябрь
		2		1	1		октябрь

	1 позиция («веревочка»), 2 позиция («линейка»), 3 позиция («галочка»), 6 позиция («кирпичик»). Упражнения для быстрой смены позиций. Выработка навыка удержания позиции.				
9.	Закрепление пройденного материала	1	1	1	октябрь
5.	Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов. Изучение русского народного танца на выбор педагога, исходя из возрастных особенностей группы («Варенька», «Кадриль», «Малинка» и др.).  Различные виды шагов в народном танце. Различные виды бега в народном танце: легкий бег, стремительный бег. Подскoki: легкие прыжки, пружинные прыжки, прыжки с одной ноги на другую, с двух ног на одну и др.	4	1	3	октябрь
9.	Закрепление пройденного материала.	2	2	2	ноябрь
5.	Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов. Изучение стилизованного танца в оригинальном жанре на выбор педагога, исходя из возрастных особенностей группы («Кантри», «Африканский».).	3	1	2	ноябрь
4.	Танцевальная Азбука. Постановка корпуса. Упражнения гимнастического характера на развитие гибкости.	1	1	1	ноябрь
9.	Закрепление пройденного материала	1	1	1	декабрь
3.	Элементы музыкальной грамоты. Прыжки с хлопками в различном темпе. Повороты и	2	2	2	декабрь

	прыжки отдельно и в паре. Упражнения на шагах, хлопках, с различным музыкальным рисунком.			
2.	Массовые танцы и танцевальные игры. Изучение «Новогоднего танца». Постановка и отработка элементов танца. Развитие эмоциональности детей и артистизма.	3	3	декабрь
10.	Подготовка к праздничным и концертным мероприятиям. Подготовка к проведению новогоднего открытого урока. Отработка всех поставленных композиций. Совершенствование исполнения. Разъяснение структуры проведения праздничного мероприятия.	1	1	декабрь
10.	Подготовка к праздничным и концертным мероприятиям. Проведение новогоднего открытого урока в виде концерта для родителей.	1	1	декабрь
7.	Танцы в характере современной пластики, предназначенные для массового исполнения и отработки основных элементов современной хореографии на примере направления «Диско»: «Кукарача», «Автостоп», - по выбору педагога.	2	2	январь
7.	Танцы, в характере современной пластики, предназначенные для массового исполнения, включая изменение линий, рисунков танца, вариативности парного и сольного исполнений: «Гномики», «Недетское время» - по выбору педагога.	4	4	январь
2.	Танцы произвольной композиции. Отечественные	1	1	февраль

	бальные танцы: линейная берлинская полька.				
7.	Танцы произвольной композиции. Отечественные бальные танцы: сударушка.	1	1	1	февраль
9.	Закрепление пройденного материала	1	1	1	февраль
2.	Массовые танцы: изучения линейного танца, исходя из потребностей группы, стилизованный танец.	2	2	2	февраль
3.	Элементы музыкальной грамоты. Упражнения на шагах, хлопках, с различным музыкальным рисунком. Упражнения на координацию в пространстве.	2	1	1	февраль
4.	Танцевальная Азбука. Постановка корпуса. Упражнения гимнастического характера на развитие гибкости.	1	1	1	февраль
7.	Танцы, в характере современной пластики, предназначенные для массового исполнения, включая изменение линий, рисунков танца, вариативности парного и сольного исполнений: «Гномики», «Недетское время» - по выбору педагога. Отработка выбранной композиции.	2	2	2	февраль
5.	Освоение основных движений танцев и плясок. Упражнения на развитие координации, быстроты и четкости движений.	1	1	1	март
8.	Танцы произвольной композиции: отработка танцевальных элементов уже изученных танцевальных постановок, изменение рисунков танца, усложнение танцевальных партий. Сольное и дуэтное исполнение в составе композиции.	2	1	1	март

8.	Танцы произвольной композиции: отработка полученных номеров. Выбор композиции, и ее переработка зависит от педагога и состава группы (возраст, численность, пол).	2		2	март
10.	Подготовка к фестивалю «Звездочки Иркутска». Выбор танцевального номера, отработка композиции, отбор исполнителей.	1		1	март
8.	Танцы произвольной композиции: работа над эмоциональностью исполнения. Направление взглата, способы передачи настроения в виде танца. Игровые композиции для демонстрации эмоций («зоопарк», «путешествие», «звероритмика», «игрушки»).	2		2	март
8.	Танцы произвольной композиции: изучение театрализованной постановки на выбор педагога («танец Игрушек», «Морская История», «Енот»). Распределение ролей в постановке, изучение общих хореографических композиций.	2		2	апрель
10.	Подготовка к фестивалю «Байкальские Миражи». Выбор номера, отработка композиции, отбор исполнителей.	2		2	апрель
10.	Подготовка к фестивалю «Звездочки Иркутска». Запись видео-ролика для участия. Отработка танцевальной композиции в костюмах, в усложненных условиях.	2		2	апрель
10.	Подготовка к фестивалю «Байкальские Миражи». Отработка выбранной композиции. Отработка и повторение всех изученных композиций за 2 полугодие.	2	1	1	апрель

7.	Танцы, в характере современной пластики, предназначенные для массового исполнения - по выбору педагога. Отработка выбранной композиции.	2		2	май
10.	Участие в общестудийном фестивале «Байкальские Миражи». Отработка выбранной композиции.	1	1		май
2.	Массовые танцы: линейный стилизованный танец. Отработка композиции.	1	1		май
5.	Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов. Отработка стилизованного танца в оригинальном жанре.	2	1	1	май
10.	Подготовка к проведению открытого урока для родителей. Отработка всех номеров. Работа над самостоятельным исполнением.	1		1	май
9.	Закрепление пройденного материала	1		1	май
	Всего за учебный год.	74	11	63	

**6. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ КРУЖКА  
РИТМИКИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ  
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

№	Наименование темы	Общее количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Организационная работа	1	1	
2.	Массовые танцы и танцевальные игры	14	1	13
3.	Элементы муз. Грамоты	5	2	3
4.	Танцевальная азбука	3	2	1
5.	Освоение основных движений танцев и плясок	12	3	9
6.	Элементы классического танца	2	1	1
7.	Танцы в характере современной пластики	10		10
8.	Танцы произвольной композиции	10	1	9
9.	Закрепление пройденного материала	10	1	9
10.	Подготовка к праздничным и концертным мероприятиям	11	2	9
11.	Всего за учебный год.	78	15	63

**7. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ КРУЖКА  
РИТМИКИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ  
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

№ Р А З Д Е Л А	Темы занятий	Общее кол-во часов	T	E	P	Сроки реализации			
			Е	О	Р	А	К	И	К
1.	Вводное занятие. Знакомство с правилами поведения на уроке танца. Изучение танцевальной разминки.	1		1					сентябрь
2.	Массовые танцы: Изучение танцевальной разминки, линейные танца на выбор педагога («Неваляшки», «Кенгуру» для младших подгрупп; «Маленькие Звезды», «Фиксики» для старших подгрупп.).	6			6				сентябрь
	Массовые танцы: танцевальные композиции, требующие перемещения по линиям, изменения рисунка танца, использующие движения танцующих по кругу, в круг, из круга по выбору педагога («Лягушата», «Морская История» для младших подгрупп; «Шелковая Кисточка», «Путешественники», для старших подгрупп).	2			2				сентябрь
3.	Элементы музыкальной грамоты. Упражнения для развития чувства ритма. Простейший танцевальный счет. Игры на определение характера, темпа и настроения музыки.	1			1				октябрь

4.	Танцевальная Азбука. Движения вправо и влево, вперед и назад. Основные координаты в танце (центр зала, положения «к зрителю», «от зрителя» и т.д.)	1	1		октябрь
	Элементы классического танца. Позиции рук: (варианты классических позиций, свободные позиции). Упражнения для быстрой смены позиций. Выработка навыка удержания позиции.	2	1	1	октябрь
9.	Закрепление пройденного материала	1		1	октябрь
5.	Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов. Изучение бурятского народного танца на выбор педагога, исходя из возрастных особенностей группы	4	1	3	октябрь
	Элементы русского народного танца: «вежливый» танец (на приставных шагах), боковой галоп. Положения рук в русских танцах. Притопы. Шаги с притопом. Дробные шаги.	2		2	ноябрь
9.	Закрепление пройденного материала.	2		2	ноябрь
5.	Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов. Изучение стилизованного танца в оригинальном жанре на выбор педагога, исходя из возрастных особенностей группы («Якутский», «Бурятский»).	3	1	2	ноябрь
4.	Танцевальная Азбука. Работа над укреплением мышц стопы, голеностопного сустава, комплекс упражнений для самостоятельной отработки в домашних условиях.	1		1	ноябрь

9.	Закрепление пройденного материала	1		1	декабрь
3.	Элементы музыкальной грамоты. Упражнения на координацию в пространстве. Различие сольного, парного исполнения и исполнения массового в ансамбле. Понятие о линиях, изменение рисунков танца.	2		2	декабрь
2.	Массовые танцы и танцевальные игры. Изучение «Новогоднего танца». Постановка и отработка элементов танца. Развитие эмоциональности детей и артистизма.	3		3	декабрь
10.	Подготовка к праздничным и концертным мероприятиям. Подготовка к проведению новогоднего открытого урока. Отработка всех поставленных композиций. Совершенствование исполнения. Разъяснение структуры проведения праздничного мероприятия.	1		1	декабрь
10.	Подготовка к праздничным и концертным мероприятиям. Проведение новогоднего открытого урока в виде концерта для родителей.	1		1	декабрь
7.	Танцы в характере современной пластики, предназначенные для массового исполнения и отработки основных элементов современной хореографии на примере направления «Хип-хоп»: «Слоненок», «Папуасы», - по выбору педагога.	2		2	январь
7.	Танцы, в характере современной пластики, предназначенные для массового исполнения, включая изменение линий, рисунков танца,	4		4	январь

	вариативности парного и сольного исполнений: «Гномики», «Недетское время», - по выбору педагога.				
2.	Танцы произвольной композиции. Отечественные бальные танцы: вару-вару, летка-енка.	1	1	1	февраль
7.	Танцы произвольной композиции. Отечественные бальные танцы: кадриль.	1	1	1	февраль
9.	Закрепление пройденного материала	1	1	1	февраль
2.	Массовые танцы: изучения линейного танца, исходя из потребностей группы, стилизованный танец.	2	2	2	февраль
3.	Элементы музыкальной грамоты. Различие сольного, парного исполнения и исполнения массового в ансамбле. Понятие о линиях, изменение рисунков танца.	2	1	1	февраль
4.	Танцевальная Азбука. Работа над укреплением мышц стопы, голеностопного сустава, комплекс упражнений для самостоятельной отработки в домашних условиях.	1	1	1	февраль
7.	Танцы, в характере современной пластики, предназначенные для массового исполнения, включая изменение линий, рисунков танца, вариативности парного и сольного исполнений: «Мы маленькие дети», «Миньоны», - по выбору педагога. Отработка выбранной композиции.	2	2	2	февраль
5.	Освоение основных движений танцев и плясок. Упражнения на развитие координации, быстроты и четкости движений.	1	1	1	март

8.	Танцы произвольной композиции: отработка танцевальных элементов уже изученных танцевальных постановок, изменение рисунков танца, усложнение танцевальных партий. Сольное и дуэтное исполнение в составе композиции.	2	1	1	март
8.	Танцы произвольной композиции: отработка полученных номеров. Выбор композиции, и ее переработка зависит от педагога и состава группы (возраст, численность, пол).	2		2	март
10.	Подготовка к фестивалю «Звездочки Иркутска». Выбор танцевального номера, отработка композиции, отбор исполнителей.	1		1	март
8.	Танцы произвольной композиции: работа над эмоциональностью исполнения. Направление взглата, способы передачи настроения в виде танца. Игровые композиции для демонстрации эмоций («зоопарк», «путешествие», «звероритмика», «игрушки»).	2		2	март
8.	Танцы произвольной композиции: изучение театрализованной постановки на выбор педагога («танец Игрушек», «Страусы», «Гадкий Утенок»). Распределение ролей в постановке, изучение общих хореографических композиций.	2		2	апрель
10.	Подготовка к фестивалю «Байкальские Миражи». Выбор номера, отработка композиции, отбор исполнителей.	2		2	апрель
10.	Подготовка к фестивалю «Звездочки Иркутска». Запись видео-ролика для участия.	2		2	апрель

	Отработка танцевальной композиции в костюмах, в усложненных условиях.				
10.	Подготовка к фестивалю «Байкальские Миражи»». Отработка выбранной композиции. Отработка и повторение всех изученных композиций за 2 полугодие.	2	1	1	апрель
7.	Танцы, в характере современной пластики, предназначенные для массового исполнения - отработка выбранной композиции.	2		2	май
10.	Участие в общестудийном фестивале «Байкальские Миражи». Выбор композиции. Отработка выбранной композиции.	1	1		май
2.	Массовые танцы: линейный стилизованный танец. Отработка композиции.	1	1		май
5.	Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов. Отработка стилизованного танца в оригинальном жанре.	2	1	1	май
10.	Подготовка к проведению открытого урока для родителей. Отработка всех номеров. Работа над самостоятельным исполнением.	1		1	май
9.	Закрепление пройденного материала	1		1	май
	Всего за учебный год.	74	11	63	

**8. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ  
З ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

№	Наименование темы	Общее количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Организационная работа	9	1	8
2.	Музыкальные и танцевальные игры	3		3
3.	Элементы музыкальной грамоты	7	3	4
4.	Танцевальная азбука	6	3	3
5.	Освоение основных движений танцев и плясок	8	3	5
6.	Элементы классического танца	5		5
7.	Танцы произвольной композиции	25		25
8.	Самостоятельная отработка композиций под присмотром педагога (далее «Закрепление пройденного материала»)	7		7
9.	Всего за учебный год.	70	10	60

# **9. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ З ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

№ Р А З Д Е Л А	Темы занятий	Общее кол-во часов	Т Е О Р И Я	П Р А К Т И К А	Сроки реализации
1.	<b>Организационная Работа.</b> Общее собрание коллектива. Задачи на учебный год.	9	1		сентябрь
2.	<b>Музыкальные и танцевальные игры:</b> Чика-Рика Разноцветная игра Музыкальный паровоз	3			сентябрь
9.	<b>Закрепление пройденного материала</b>	7	1		сентябрь
3.	<b>Элементы музыкальной грамоты.</b> Музыка – ритмическая и эмоциональная основа танца.  Музыкальные жанры: песня, танец, марш.  Музыкальный звук. Музыкальная фраза. Мелодический рисунок.  Динамика - одно из средств выразительности в танцевальной музыке, «динамичный ритм».	7	1		сентябрь
			1		сентябрь
			1		октябрь
4.	<b>Танцевальная азбука.</b> Положения и направления движения частей тела (ног, рук, корпуса, головы).	6	1		октябрь

	Положения и движения ног (опорная нога, свободная нога, полупальцы).		1	октябрь
	Движения ног с различной работой ступни, с различным положением корпуса	1		октябрь
	Позиции рук и позиции ног.	1		октябрь
	Упражнения для развития «мышечного чувства». Свободные движения рук и ног (пружинные, маховые, плавные).		1	октябрь
	Композиции со слитной координацией движений.		1	октябрь
1.	<b>Организационная работа.</b> Подготовка концертного номера.		2	ноябрь
9.	<b>Закрепление пройденного материала</b>		1	ноябрь
5.	<b>Освоение основных движений танцев и плясок.</b> Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов.	8	1	ноябрь
	Различные виды шагов в народном танце. Различные виды бега в народном танце: легкий бег, стремительный бег.		1	ноябрь
	Подскoki: легкие прыжки, пружинные прыжки, прыжки с одной ноги на другую, с двух ног на одну и др.		1	ноябрь
	Элементы русского народного танца: «вежливый» танец (на приставных шагах), боковой галоп.	1		ноябрь
	Положения рук в русских танцах.	1		ноябрь
3.	<b>Элементы музыкальной грамоты.</b>			
	Понятие о метре (музыкальном размере).	1		декабрь

	Сильные и слабые доли. Затакт. Синкопа.				
	Темп, ритм, ритмический рисунок. Легато, стаккато. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки.			1	декабрь
9.	<b>Закрепление пройденного материала</b> Изучение «Новогоднего танца». Постановка и отработка элементов танца. Развитие эмоциональности детей и артистизма.			1	декабрь
5.	<b>Освоение основных движений танцев и плясок</b> Притопы. Шаги с притопом. Вынос ноги на каблук. Шаги польки. Шассе. Постановка русского народного танца на основе изученных движений.			1	декабрь
	Дробные шаги. Тройной шаг. Русский переменный ход. Продолжение изучения постановки.			1	декабрь
	Прыжки с хлопками в различном темпе. Повороты и прыжки отдельно и в паре. Отработка постановки.			1	декабрь
1.	<b>Организационная работа.</b> Проведение отчетного занятия.			2	декабрь
6.	<b>Элементы классического танца.</b> Основные позиции рук и ног в классическом танце;	5	1		январь
	Прыжки;			1	январь
	Постановка корпуса;			1	январь
	Упражнения на середине		1		январь
	Упражнения в партер			1	январь
9.	<b>Закрепление пройденного материала</b>			1	январь
7.	<b>Танцы произвольной композиции.</b>	25		2	февраль

	Танцы в характере современной пластики: «Диско», «Кукарача»			
	Танцы в характере современной пластики: «Стирка», «Слоненок»		2	февраль
	Отечественные бальные танцы: линейная берлинская полька, вару-вару, летка-енка.		2	февраль
	Отечественные бальные танцы: сударушка, кадриль.		2	февраль
9.	<b>Закрепление пройденного материала</b>		1	март
7.	<b>Танцы произвольной композиции.</b>  отработка танцевальных элементов уже изученных танцевальных постановок, изменение рисунков танца, усложнение танцевальных партий. Сольное и дуэтное исполнение в составе композиций.		3	март
	Танцы произвольной композиции: отработка полученных номеров. Выбор композиции, и ее переработка зависит от педагога и состава группы (возраст, численность, пол).		2	март
	Подготовка к фестивалю «Звездочки Иркутска». Выбор танцевального номера, отработка композиции, отбор исполнителей.		3	март
	Подготовка к фестивалю «Байкальские Миражи»». Отработка выбранной композиции. Отработка и повторение всех изученных композиций за 2 полугодие.		2	апрель
	Танцы, в характере современной пластики, предназначенные для		2	апрель

	массового исполнения - отработка выбранной композиции.				
	Участие в общестудийном фестивале «Байкальские Миражи». Выбор композиции. Отработка выбранной композиции.		2		апрель
2.	<b>Организационная работа.</b> Подготовка к проведению открытого урока для родителей. Отработка всех номеров. Работа над самостоятельным исполнением.		2		апрель
9.	<b>Закрепление пройденного материала</b>		1		май
7.	Танцы произвольной композиции. Отечественные бальные танцы: вару-вару, летка-енка.		2		май
	Танцы произвольной композиции. Отечественные бальные танцы: кадриль.		1		май
9.	<b>Закрепление пройденного материала</b>		1		май
1.	<b>Организационная работа.</b> Проведение открытого урока для родителей. Прощальный концерт.		2		май
	Всего за учебный год.	70			

## 10. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

*If you can talk, you can sing. If you can walk, you can dance.*  
*African Proverb*

Начальный этап обучения длится 1 год. В этот период среди основных задач педагога можно выделить:

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), изучение танцевальных элементов;
- развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.

В основу обучения детей младшего школьного возраста необходимо положить *игровое начало*. Речь идет о том, чтобы сделать игру органичным компонентом урока. Игра на уроке танца не должна являться наградой или отдыхом после нелегкой или скучной работы, скорее труд возникает на почве игры, становится ее смыслом и продолжением.

Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе.

Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения — использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.

Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений.

Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. Любое движение представляет собой рефлекс, и на овладение любым танцевальным движением требуется время.

Таким образом, танцевально-двигательный навык вырабатывается не сразу, а постепенно и процесс усвоения материала предполагает поэтапность, с учетом возрастных особенностей.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий. В основу планирования положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина, опыт ряда педагогов по физической культуре и хореографии, а также личный практический опыт.

Каждая раздел состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседу с учащимися, показ изучаемых элементов ритмики, спортивного танца, просмотр видеофильмов и презентаций. Изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями и танцевальными элементами. Двигательный опыт учащихся обогащается подвижными играми, ритмико-гимнастическими упражнениями и элементами спортивных танцев.

При планировании работы на учебный год необходимо исходить из общего количества часов, предусмотренных для группы. В учебный план могут включаться такие разделы, как «Организационная работа», «Элементы музыкальной грамоты», «Танцевальная азбука», «Освоение основных движений танца и пляски», «Музыкальные и танцевальные игры», «Элементы классического танца», «Танцы произвольной композиции (на основе современной пластики и современных ритмов)» и др. При этом возможно подбирать танцевальный материал из всех разделов одной степени трудности, но более разнообразный по музыкальному содержанию и по движениям с учетом подготовленности, состава группы и ее характера. При планировании каждого урока желательно включать материал всех разделов. При этом в начале учебного года упражнения первых разделов и подготовительные упражнения занимают на уроке больше времени; позднее, когда приобретены некоторые навыки, в уроке начинают преобладать законченные композиции, этюды, игры и танцы последующих разделов. Каждое занятие может включать:

- Ритмичные упражнения в характере современной пластики,
- Задания на ориентирование в зале,
- Упражнения тренировочного характера,
- Небольшие беседы в виде вопросов и ответов,
- Прослушивание музыки и ее отбор,
- Личный показ преподавателя,
- Разучивание и повторение движений и танцев,
- Массовые танцы и танцевальные игры,
- Закрепление пройденного материала,
- Самостоятельная отработка композиций под присмотром педагога.

## **РАЗДЕЛ 1. ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА.**

- Общее собрание коллектива. Задачи на учебный год.

## **РАЗДЕЛ 2. МАССОВЫЕ ТАНЦЫ И ТАНЦЫ-ИГРЫ.**

### **Младшие подгруппы:**

- Белочка
- Утята
- Неваляшки
- Ремонт
- Кенгуру
- Хоровод
- Лягушата
- Маленькие гномики

### **Старшие подгруппы:**

- Красная Шапочка
- Пингвины
- Маленькие Звезды
- Фиксики
- Морская История
- Шелковая Кисточка
- Путешественники
- Страхи
- Барбарики

## **РАЗДЕЛ 3. ЭЛЕМЕНТЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ГРАМОТЫ.**

### *Теоретические знания*

В процессе занятий должны быть освоены следующие понятия музыкальной грамоты:

- Музыкальные жанры: песня, танец, марш.
- Мелодия и аккомпанемент. Соответствие пластики с мелодией в одних танцах или с ритмом в других.

### *Практические занятия*

Ритмические упражнения для развития чувства ритма и ощущение сильных и слабых долей такта (отхлопывание ритмов изучаемых композиций без музыки и с музыкой; дирижирование).

## **РАЗДЕЛ 4. ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА.**

- Положения и направления движения частей тела (ног, рук, корпуса, головы).
- Позиции ног.
- Положения и движения ног (опорная нога, свободная нога, полупальцы).
- Движения ног с различной работой ступни.
- Движения с различным расположением корпуса.
- Позиции рук (1,2,3 позиции, открытое и закрытое положение рук, на талии, положение рук на бедрах и др.)
- Движения рук. Упражнения для рук с различным характером музыки.
- Упражнения для развития мышц головы и шеи. Наклоны и повороты головы с различным темпом.
- Подъем и опускание плеч, напряжение и расслабление рук и ног. Свободные движения рук и ног (пружинные, маховые, плавные).
- Композиции со слитной координацией движений.

## **РАЗДЕЛ 5. ОСВОЕНИЕ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ ТАНЦЕВ И ПЛЯСОК.**

- Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов.
- Различные виды шагов: бодрый шаг, тихий шаг, беговой шаг, скользящий шаг, приставной шаг, быстрый шаг, высокий шаг, перекрещающийся шаг, шаг полонеза, топающие шаги, хороводные шаги.
- Различные виды бега: легкий бег, стремительный бег.
- Подскoki: легкие прыжки, пружинные прыжки, прыжки с одной ноги на другую, с двух ног на одну и др.
- Элементы танца: «вежливый» танец (на приставных шагах), боковой галоп.
- Положения рук в русских танцах.
- Притопы. Шаги с притопом.
- Вынос ноги на каблук. Шаги польки. Шассе.
- Дробные шаги. Тройной шаг. Русский переменный ход.
- Прыжки с хлопками в различном темпе. Повороты и прыжки отдельно и в паре. Этюды и танцы на пройденном материале.

## **РАЗДЕЛ 6. ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА.**

- Основные позиции рук и ног в классическом танце;
- Прыжки;
- Постановка корпуса;

## **РАЗДЕЛ 7. ТАНЦЫ В ХАРАКТЕРЕ СОВРЕМЕННОЙ ПЛАСТИКИ.**

### **Массовые репетиционные танцы:**

- «Хип-Хоп»
- «Диско»
- «Кукарача»
- «Автостоп»
- «Капли»
- «Слоненок»

### **Современные постановочные танцы:**

- «Гномики»
- «Недетское Время»
- «Рыжий Ап»
- «Маленькие Звезды»
- «Разноцветная Игра»
- «Круг Друзей»

## **РАЗДЕЛ 8. ТАНЦЫ ПРОИЗВОЛЬНОЙ КОМПОЗИЦИИ.**

### **Произвольная театрализованная постановка:**

- «Игрушки»
- «Морская История»
- «Гадкий Утенок»
- «Зоопарк»
- «Путешествие»
- «Звероритмика»
- «Папуасы»

### **Отечественные бальные танцы:**

- Линейная берлинская полька
- Вару-Вару
- Летка-Енка
- Сударушка
- Кадриль

### **Русский народный танец:**

- «Кадриль»
- «Варенъка»
- «Неваляшки»
- «Бабки-Ежки»

### **Стилизованный танец:**

- «Кантри»
- «Африканский»
- «Якутский»
- «Бурятский»

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ. ВТОРОЙ И ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

*The dance is the mother of all languages. (R.G. Collingwood)*

На втором этапе ученики уже владеют определенным запасом танцевальной техники, первоначальной координацией движений, развито их внимание к восприятию нового материала и т.д.

На этом этапе особенно важно поддерживать интерес детей к танцу. Например, продолжать изучение танцев-игр или делать акцент на изучении танцевальных новинок, которые привлекают внимание детей среднего возраста, вводить в уроки соревновательный момент, как можно активней включать в занятия элементы новой танцевальной техники и современной пластики, использовать для музыкального сопровождения популярные современные инструментальные и даже вокальные произведения.

На основе знаний, полученных детьми на первом этапе знакомства с хореографией, педагог может развивать творческую фантазию детей, давать задания по самостоятельной подготовке небольших актерских этюдов. Если позволяют временные рамки, можно познакомить учеников с основными элементами актерского мастерства — *сценическим вниманием, воображением, понятием «предлагаемые обстоятельства»*.

Важным компонентом обучения на данном этапе является пополнение знаний основ музыкальной культуры. При прослушивании музыкальных произведений, выбранных для сопровождения танцевальных этюдов и импровизаций, следует объяснить ученикам выразительные возможности музыки, познакомить с произведениями разных жанров и стилей. Необходимо научить самостоятельно анализировать музыкальные произведения, определять их жанр и форму, темп, характер, музыкальный размер и динамические оттенки. Такой анализ позволяет развить ассоциативное мышление, наиболее полно представить смысловое содержание данного музыкального произведения, осознать выразительное значение мелодии и ритма.

Ученики должны понять, что *любой танец есть эмоциональное пластическое выражение музыки*. В противном случае он становится лишь физическим упражнением под музыку.

Освоение всех вышеупомянутых знаний проходит в процессе танцевального урока.

Итогом обучения на втором этапе должно стать умение учащихся грациозно и органично двигаться, общаться с партнером, соотносить свои движения с услышанной музыкой.

На втором этапе обучения продолжает закрепление пройденного материала на более сложных примерах. Особое внимание уделяется маршевой и танцевальной музыке. Учащиеся должны определять особенности танцевальных жанров (вальс, полька, марш, русский народный танец), уметь

самостоятельно находить нужные движения и исполнять их в соответствующем жанру характере, импровизировать на заданную музыку.

Как наиболее сложный элемент прорабатывается затакт. Даются задачи на определение (на слух) затачного построения. Дети должны уметь самостоятельно начинать движение из затачка и в такт, вступать в коллективное движение «каноном» в различных ритмах и темпах, с различным интервалом. К понятию «жест» добавляется понятие «поза»; начинается изучение поз классического танца.

На завершающем этапе начального обучения учащиеся передавать услышанное в музыке мимикой и движением. Детям предлагается исполнение небольших пластических этюдов с воображаемыми предметами (надувание шарика, игра с мячом). Для развития актерской выразительности служат сценки подражания повадкам животных (этюды «кошка», «петух», «лошадка», «лягушка» и др.).

На третьем этапе ученики уже освоили некоторую базу движений по каждому изучаемому направлению, умеют определять различные танцевальные стили и направления, но пока не умеют применять полученные знания комплексно, а особенно сложно импровизировать.

На этом этапе нужно продолжать поддерживать интерес детей к танцу. Однако немаловажным является и грамотная подготовка тела танцоров. Ведь без качественной проработки и правильного разогрева мышц становится невозможным стремление к высоким спортивным результатам.

Углубляются теоретические знания по теории классического танца, совершенствуются умения и навыки. Производится обобщение полученных практических навыков и знаний. Критерий исполнительской деятельности (наличие логичности движения, грамотности, музыкальности, актерской выразительности). На практических занятиях используются упражнения на середине, в партер, исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях, в более быстром темпе.

Несмотря на явный уклон в сторону танцев в характере современной пластики, тем не менее, для общего развития ученики продолжают совершенствоваться и в остальных направлениях, представленных в программе, стараясь поддерживать свои знания, умения и навыки на хорошем уровне. Это достигается в том числе и использованием тематических постановок по каждому направлению, которые применяются на городских и областных выступлениях, мероприятиях, концертах и праздниках.

Все темы занятий, представленные в календарно-тематическом плане схематично, на уроках раскрываются в полном объёме.

## **11. ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ**

*К концу первого учебного года учащиеся должны знать:*

1. Характер и особенности различных стилей в танцевальной музыке (народный танец, классический танец).
2. Направления (вправо, влево, в центр зала, к зрителю). Движения вправо и влево, вперед и назад, в круг и из круга.
3. Местоположение правой и левой ноги, правой и левой руки.
4. Направления движения в танцевальном зале.
5. Простейшие хореографические термины: Позиции ног: 1 позиция («веревочка»), 2 позиция («линейка»), 3 позиция («галочка»), 6 позиция («кирпичик»). Позиции рук: (варианты классических позиций, свободные позиции).
6. Минимум 4 постановочных танца, изучаемых группой при плохой посещаемости, 6 при хорошей.
- 7.

*К концу второго учебного года учащиеся должны знать:*

1. Характер и особенности различных стилей в танцевальной музыке (бальный танец, хип-хоп).
2. Точки зала (1 по 8)
3. Разновидности движений рук и ног (пружинные, маховые, вращательные)
4. Понятие «линия танца»
5. Позиции рук и ног в различных танцевальных направлениях и их отличие друг от друга.
6. Минимум 4 постановочных танца линейных и 1 сюжетный.

*К концу третьего учебного года учащиеся должны знать:*

1. Характер и особенности различных стилей в танцевальной музыке (кантри, модерн).
2. Принципы заведения группой в круг и хоровод, перемещения линий.
3. Работу с партнером (основные принципы)
4. Виды прыжков
5. Упражнения на растяжку для самоподготовки
6. Минимум 4 постановочных танца средней сложности и 1 индивидуально поставленный на группу.

*К концу первого учебного года учащиеся должны уметь:*

1. Слушать и выполнять указания педагога во время занятия;
2. Правильно исполнять разминочную комбинацию вместе с педагогом.
3. Ориентироваться в характере, темпе, ритме музыки.

4. Уметь исполнять упражнения на координацию корпуса, рук, ног, головы. Исполнять повороты на 3 шагах вправо и влево.
5. Уметь исполнять элементарные образные движения.
6. Исполнять постановочные танцы по показу педагога, а также самостоятельно (старшие подгруппы) в предусмотренном программой объеме.
7. Владеть простейшими правилами поведения на сцене.

*К концу второго учебного года учащиеся должны уметь:*

1. Самостоятельно знать разминочную композицию при подсказке педагога;
2. По характеру музыки уметь определять стиль композиции
3. Самостоятельно знать позиции рук и ног;
4. Уметь исполнять упражнения на растяжку и иметь понятие о «напряженной» и «расслабленной» стопе.
5. Уметь исполнять базовые движения хипхопа в определенном программой объеме.
6. Исполнять постановочные танцы по подсказке педагога, а также самостоятельно в предусмотренном программой объеме.
7. Владеть простейшими правилами поведения на уроке, правильно исполнять поклон.

*К концу третьего учебного года учащиеся должны уметь:*

1. Самостоятельно знать основной ход урока (разминку, тренаж, растяжку, заминку, поклон) при подсказке педагога;
2. Исполнять простейшие этюды в разных стилях.
3. Самостоятельно знать простейшие прыжки и вращения;
4. Исполнять «Бабочку», «Складку», «Мост» и другие гимнастические упражнения
5. Уметь исполнять базовые движения бального танца (полька) в определенном программой объеме.
6. Исполнять постановочные танцы по подсказке педагога, а также самостоятельно в предусмотренном программой объеме.

## **12. МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Направленность и содержание программы носят практический характер и определяются задачами творческого, духовно-нравственного и физического развития ребенка.

Задача учителя сделать физическую нагрузку оптимальной. При этом внимание должно быть сфокусировано на теле и развитии навыков выполнения хорошо контролируемых, сбалансированных, многообразных, пластичных движений. Энергичные движения способствуют развитию силы и гибкости, обеспечивают здоровье и нормальное развитие детского организма. Разнообразие и контраст, применяемые как выразительные средства передачи формы, скорости, силы, уровня и направления движений тела, являются главными элементами, обеспечивающими улучшение качества исполнения.

Двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни. Любое движение представляет собой **рефлекс**, на овладение любым танцевальным движением требуется время. Двигательный навык вырабатывается постепенно и процесс усвоения материала предполагает поэтапность с учетом возрастных особенностей. Позы, перемещения, прыжки, вращения, повороты, движения и их комбинации в различных вариантах – это новые для организма танцевальные навыки, новая психологическая и физическая нагрузка. Учителю важно помнить, что овладение навыками должно сопровождаться определенным эмоциональным настроем.

Педагогической психологией введен закон усвоения материала: воспринять, осмыслить, запомнить, применить, проверить результат. Формула «от ощущений к чувствам, от них к привычкам» способствует эффективному формированию навыков. Ее применяют в последовательности: **воспринимая – ощущай, осмысливая – чувствуя, запоминая – действуй, проверяя результат – показывай другому**. Образованию пластического стереотипа каждого танцевального навыка способствуют условные раздражители. Они могут быть разнообразными: **словесные объяснения и замечания учителя, показ движений учителем, наблюдение за собой в зеркале**. Движения часто повторяются, становятся сигналами – раздражителями для мышц и других систем и органов. Поэтому стоит принять позу, услышать знакомый ритм, мелодию, как движения возникнут сами собой. Это проявляется в правильном и точном исполнении движения вместе с музыкой. Мышечная память поддается тренингу. Движение, многократно выполненное, становится простым и доступным. **Навык** – это более совершенная форма владения

действием. В процессе формирования навыка выполнение действия ускоряется, оно становится более точным и экономичным, ряд элементов автоматизируется.

### **Основные методы обучения:**

**1. Ознакомление** - создание общего предварительного представления, об элементе, которое лежит в основе сознательного освоения любого двигательного действия. В результате первичных сведений о новом элементе (форме, амплитуде, направлении приложения усилия, позиции) и двигательного навыка, накопленного в памяти ученика, устанавливаются общие связи, обеспечивающие построение исходной программы предстоящих двигательных действий.

**2. Разучивание, закрепление навыка** - непосредственное овладение основами техники выполнения элемента. На данном этапе в результате активной совместной работы учителя и ученика уточняются представления о динамике движение, осуществляется закрепление двигательного навыка, осуществляется связь с предыдущими изученными движениями.

**3. Совершенствование техники** - на данном этапе осуществляется твердое усвоение двигательного навыка, умение выполнять движения ритмически верно, в том числе в паре или сольно.

### **Методы диагностики личностного развития учащихся:**

- ⇒ наблюдение;
- ⇒ беседа;
- ⇒ сравнение и анализ выполняемых упражнений, этюдов; итоговый анализ полученных умений и навыков учащихся за период обучения.

### *Виды и формы контроля освоения программы:*

- ⇒ текущий (после каждой темы);
- ⇒ итоговый (в конце учебного года).

Формой проведения итогового контроля является праздничный открытый урок для родителей «Раскрасим красками наш танец». Организуется с приглашением родителей, зрителей, руководства детского сада. После окончания учебного года, каждый занимающийся получает почетную грамоту об освоении 1,2,3 ступени обучения студии, при условии стабильного

посещения занятий в течение года, присутствия на итоговом открытом уроке, успешного освоения программы в достаточной объеме.

### **Литература:**

1. Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам. С. Петербург., 2006.
2. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972.
3. Бальные танцы / — Мин. Культуры РСФСР. Центр. Дом народного творчества им. Н. К. Крупской. — М., 1960.
4. С.В. Колесникова. Детская аэробика. Методика, базовые комплексы. Ростов-на-Дону., Феникс., 2005.
5. Фабион Э.М. Ритмическая гимнастика. – Киев: «Рад.шк.», 1990.
6. Гимнастика: Учеб. для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений / М.Л. Журавин, О. В. Загрядская, Н. В. Казакевич и др.; Под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меньшикова. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
7. Док Г., Дассвиль М. Все танцы. — Киев, 1970.
8. Друскин М. Очерки по истории танцевальной музыки. — Л., 1936.
9. Ивановский Н. Бальный танец 16—19 веков. — Л.; М., 1948.
10. Кох И. Основы сценического движения. — Л., 1970.
11. Современный бальный танец. М., 1978.
12. Блазис К. Танцы вообще, балетные знаменитости и национальные танцы. М., 1864.
13. Красовская В.М. Западноевропейский балетный театр. Очерки развития. Т. 1.
14. Классики хореографии. М.-Л., 1937.
15. Зосимовский В.А. Библиографический справочник по хореографии (с аннотациями). М., 1959.
16. Линдrott Н. Первоначальные правила для изучения бальных танцев. М., 1871.
17. Чистяков А.Д. Методическое руководство к обучению танцам в средней учебных заведениях. СПб., 1893.
18. Гавликовский Н.А. Руководство для изучения танцев. СПб., 1899.

- 19.Шухмин Х. Бальные и балетные танцы. М., 1913.
- 20.Захаров Р. Беседы о танце. М., 1963.
- 21.Мангуби А., Теффи Е. Краткий самоучитель современного танца. в