

Принята на Педагогическом совете

от «10» апреля 2018 г. № 3

Утверждена приказом

от «10» апреля 2018 г. № 57

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Танцевальная карусель»  
для детей 7-го года жизни**

**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 149»  
(МБДОУ «Детский сад № 149»)**

Уровень образования: дошкольное образование

Нормативный срок обучения: 8 месяцев

Форма обучения: очная

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Тузалина А.В.

### Структура программы:

|      |   |
|------|---|
| 1    | Пояснительная записка                   |
| 2    | Организационно – педагогические условия |
| 2.1. | Материально – техническое обеспечение   |
| 3    | Текущий контроль                        |
| 4    | Формы промежуточной аттестации          |
| 5    | Учебный план                            |
| 6    | Календарный учебный график              |
| 7    | Рабочая программа                       |
| 8    | Оценочные и методические материалы      |

## **1. Пояснительная записка.**

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная карусель» для детей 7-го года жизни Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №149» (Далее – Программа) имеет художественно-эстетическую направленность и разработана в соответствии с:

– Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 года;

– Постановлением Правительства РФ от 15.08.2013 года №706 «Об утверждении правил оказания дополнительных платных образовательных услуг»;

– постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 20.12.2010 года №164 «Об утверждении «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» от 15.05.2013 года.

Данная программа предназначена для гармоничного развития способностей детей в основах хореографического искусства.

### **Актуальность**

С профессиональной точки зрения хореография учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, легкость, смелость. Благодаря системному образованию и воспитанию детьми приобретается культура движения, развиваются музыкальные способности, что способствует более тонкому восприятию мира искусства и всего прекрасного. Чередование различных заданий, видов танцев, деятельности требует от детей внимания, сообразительности, быстрой реакции, организованности, проявления волевых усилий, что не может не влиять на общую культуру поведения.

Танец, волнуя исполнителей, вызывая яркие эмоциональные реакции, формирует способность чувствовать, сопереживать, проявлять свое отношение, отличать хорошее от плохого, доброе от злого. Все это создает необходимые условия для воспитания нравственных качеств личности ребенка. Необходимо учитывать и познавательное значение танцевального искусства. В нем отражены жизненные явления, характеры и образы, обогащающие ребенка новыми представлениями и знаниями. Хореографическая деятельность является хорошей школой общения. Здесь закладываются основы дружбы, взаимопонимания, взаимовыручки, ответственности, умения сочетать общественные и личные интересы, испытывать радость от коллективного труда.

Занятия хореографией учат детей отличать подлинное искусство от подделки, прививают с самых ранних лет хороший вкус, закладывают те добрые основы, которые помогут им вырасти настоящими людьми.

**Цель программы:** развитие творческого потенциала детей средствами хореографического искусства.

**Задачи:**

1. Совершенствовать интерес к хореографическому искусству.
2. Совершенствовать технику выполнения элементов партерного экзерсиса (упражнения на напряжение и расслабление мышц тела, упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава, упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, упражнения на укрепление мышц брюшного пресса, упражнения на улучшение гибкости позвоночника, упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра, упражнения для улучшения гибкости коленных суставов, упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы)
3. Знакомить с элементами классического экзерсиса (позиции ног; позиции рук; *demi plié* (по 1,2,4,6 позиции); *grand plie* (по 1,2 позиции), *releve* (по 1,2,4,6 позиции); *battement tendu* (вперед, в сторону, назад без опоры); *battement tendu jete* (по 1 позиции вперед, в сторону, назад без опоры), положение ноги *sur le cou-de-pied* (на щиколотке спереди и сзади) с опорой, *port de bras*, *battement frappe* ( из 1 позиции) с опорой;
4. Развивать индивидуальные исполнительские способности детей в танце (техника выполнения движений, постановка корпуса, сценическая мимика)
5. Воспитывать организованность, заботливое отношение друг к другу и желание объединяться для коллективных композиций.

**Планируемые результаты освоения программы:**

- Правильно выполняет упражнения партерного экзерсиса (упражнения на напряжение и расслабление мышц тела, упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава, упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, упражнения на укрепление мышц брюшного пресса, упражнения на улучшение гибкости позвоночника, упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра, упражнения для улучшения гибкости коленных суставов, упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы)

-Знает элементы классического экзерсиса (позиции ног; позиции рук; *demi plié* (по 1,2,4,6 позиции); *grand plie* (по 1,2 позиции), *releve* (по 1,2,4,6 позиции); *battement tendu* (вперед, в сторону, назад без опоры); *battement tendu jete* (по 1 позиции вперед, в сторону, назад без опоры), положение ноги *sur le cou-de-pied* (на щиколотке спереди и сзади) с опорой, *port de bras*, *battement frappe* ( из 1 позиции) с опорой

- Развита индивидуальная исполнительская способность детей в танце (техника выполнения движений, постановка корпуса, сценическая мимика)

- Проявляет организованность, заботливое отношение к участникам группы, желание объединяться для коллективных композиций

**Форма подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы** открытый показ для родителей в середине и конце учебного года (декабрь, май).

## **2. Организационно – педагогические условия.**

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей детей 7-го года жизни.

**Срок реализации программы:** 8 месяцев (октябрь – май).

**Режим занятий:** одно занятие в неделю продолжительностью 30 минут (академический час).

**Количество детей** – до 15 человек.

**Форма занятий** – групповая.

**Методы, используемые на занятиях:**

- ✓ Словесный (объяснение, словесная инструкция);
- ✓ Практический (показ-выполнение педагогом, наблюдение);
- ✓ Наглядно-иллюстративный (фотографии, иллюстрации и т.д.)

**Структура занятия**

1. Вводная часть (приветствие – поклон, подготовительно-развивающие упражнения.)
2. Основная часть (партерный или классический экзерсис, танцевальные элементы, постановка танца)
3. Завершающая часть (этюды, игры, прощание - поклон)

### **2.1. Материально – техническое обеспечение.**

| <b>№ п/п</b> | <b>Наименование</b>  | <b>Количество</b> |
|--------------|----------------------|-------------------|
| <b>1</b>     | Магнитофон           | 1                 |
| <b>2</b>     | CD с фонограммами    | 1                 |
| <b>3</b>     | Коврики              | 15                |
| <b>4</b>     | Платочки             | 15                |
| <b>5</b>     | Гимнастическая палка | 15                |
| <b>6</b>     | Костюм «Далматинец»  | 15                |

### 3. Текущий контроль

Текущий контроль проводится на каждом занятии, это оценка качества усвоения изученного материала на занятии каждым ребенком. Результат фиксируется в «Журнале учета занятий» согласно критериям:

| Характеристика                        | Обозначение    |
|---------------------------------------|----------------|
| Обучающийся не освоил материал        | Красная клетка |
| Обучающийся частично освоил материал  | Жёлтая клетка  |
| Обучающийся освоил материал полностью | Зеленая клетка |

### 4. Формы промежуточной аттестации.

Один раз в год (май) проводится промежуточная аттестация – это оценка качества освоения дополнительной общеразвивающей программы «Танцевальная карусель». Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением упражнений. Результат фиксируется в протоколе, который хранится в ДОО два года.

### 5. Учебный план.

| №   | Название разделов                      | Кол-во часов |
|---|--|--------------|
| 1.  | Подготовительно-развивающие упражнения | 7            |
| 2.  | Партерный экзерсис                     | 9            |
| 3.  | Классический экзерсис                  | 9            |
| 4.  | Танцевальные элементы                  | 12           |
| 5.  | Постановка танца                       | 22           |
| 6.  | Этюды, массовые танцы, игры            | 4            |
| 7.  | Промежуточная аттестация               | 1            |
| Итого   |  | 64           |
| Длительность одного занятия (академический час) |  | 30 мин       |
| Количество занятий в неделю                     |  | 2/60 мин.    |
| Количество занятий в учебном году               |  | 64/1920 мин. |

## 6. Календарный учебный график

| месяц                    | <i>Октябрь</i> |   |   |   | <i>Ноябрь</i> |   |   |   | <i>Декабрь</i> |   |   |   | <i>Январь</i> |   |   |   | <i>Февраль</i> |   |   |   | <i>Март</i> |   |   |   | <i>Апрель</i> |   |   |   | <i>Май</i> |   |   |   |
|--------------------------|----------------|---|---|---|---------------|---|---|---|----------------|---|---|---|---------------|---|---|---|----------------|---|---|---|-------------|---|---|---|---------------|---|---|---|------------|---|---|---|
| неделя                   | 1              | 2 | 3 | 4 | 1             | 2 | 3 | 4 | 1              | 2 | 3 | 4 | 1             | 2 | 3 | 4 | 1              | 2 | 3 | 4 | 1           | 2 | 3 | 4 | 1             | 2 | 3 | 4 | 1          | 2 | 3 | 4 |
| Кол-во часов             | 2              | 2 | 2 | 2 | 2             | 2 | 2 | 2 | 2              | 2 | 1 | 2 | 2             | 2 | 2 | 2 | 2              | 2 | 2 | 2 | 2           | 2 | 2 | 2 | 2             | 2 | 2 | 2 | 2          | 2 | 1 | 1 |
|                          |                |   |   |   |               |   |   |   |                |   | о |   |               |   |   |   |                |   |   |   |             |   |   |   |               |   |   |   |            |   | о | п |
| <b>ИТОГО<br/>занятий</b> | <b>64</b>      |   |   |   |               |   |   |   |                |   |   |   |               |   |   |   |                |   |   |   |             |   |   |   |               |   |   |   |            |   |   |   |
|                          |                |   |   |   |               |   |   |   |                |   |   |   |               |   |   |   |                |   |   |   |             |   |   |   |               |   |   |   |            |   |   |   |

п-промежуточная аттестация

о-открытое занятие для родителей

## 7. Рабочая программа

### 1 квартал

| Разделы                                | Содержание   | Оборудование                                 |
|--|--|--|
| Подготовительно-развивающие упражнения | <p>1. Постановка корпуса – продолжается работа над его выразительностью на основе новых образов и музыкального сопровождения.</p> <p>2. Упражнения для головы – активно вводятся практически во все танцевальные элементы; придают законченность движениям и большую выразительность.</p> <p>3. Упражнения для плеч – используются все варианты движений, выученные ранее, в новых сочетаниях.</p> <p>4. Упражнения для рук – построены на контрасте малой и большой амплитуды: резкие – мягкие; короткие – длинные. Движения рук можно исполнять по принципу от простого к сложному. Например, движения пальцами, кистями, движения от локтя и от плеча.</p> <p>5. Упражнения для корпуса – являются обязательными для вводной части урока, исполняются как самостоятельное упражнение, так и в сочетании с движениями рук, головы и ног.</p> <p>6. Шаги и бег:</p> <p>а) ходьба – различные виды шагов с одновременной работой рук, корпуса, головы в разных композиционных рисунках и перестроениях; в сочетании друг с другом и другими движениями в зависимости от темпа, ритмического рисунка, образа. Добиваемся в исполнении естественности, яркой выразительности;</p> <p>б) бег – легкий бег на полупальцах, бег с откидыванием ног назад, вперед (прямых), бег с высоко поднятым коленом. Так же как и виды ходьбы, исполняется с ускорением, замедлением, остановками.</p> <p>Сочетается с ходьбой, активно вводятся движения рук и головы. Возможны сочетания с прыжковыми движениями. Например, с перескоками с ноги на ногу.</p> <p>7. Прыжки и движения прыжкового характера – в различных ритмических рисунках и темпах; на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону; с одновременными движениями головы и рук. Исполняются по одному, в паре, ансамблем. Разная амплитуда прыжка у мальчиков и девочек (мальчикам можно предложить исполнить прыжок вверх с поджатыми ногами).</p> | Магнитофон, диск с музыкальными фонограммами |

|                       |  |         |
|-----------------------|--|---------|
| Партерный экзерсис    | Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с.,<br>Упр. 1 с 97, упр. 2 с 98, упр. 3 с. 98, упр. 5 с. 99, упр. 10 стр. 101, упр. 12 с. 101, упр. 13 стр. 102, упр.15 стр. 103, упр. 17, стр. 104, упр. 20-21 стр. 105, упр. 29 стр. 108, упр. 30 стр. 108, упр. 35 стр. 111, упр. 38 стр. 111, упр. 40 стр. 112, упр. 43 стр. 113, упр. 50 стр. 116, упр. 51 стр. 117, упр.53 стр. 118, упр. 57 стр. 119   | Коврики |
| Классический экзерсис | <b>Закрепить позиции ног.</b> Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с., стр. 128-129<br><b>Закрепить позиции рук.</b> Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с., стр. 131-133<br><b>Знакомство с port de bras</b> Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с., стр. 150<br><b>Закрепление demi plie</b> (по 1,2,4, 6 позиции ног); releve (1,2,4,6 позиции ног), battement tendu (из 1 позиции вперед, в сторону, назад без опоры); battement tendu jete (из 1 позиции вперед, в сторону, назад без опоры)  |         |
| Танцевальные элементы | Элементы танцев соединяются в небольшие комбинации. Совершенствуются ранее разученные и осваиваются новые варианты. Например, приставной шаг на М/Р –3/4.<br>1.Полька – по IV позиции ног (подскок, три шага); возможно с вариантами польки по III выворотной позиции ног.<br>2.Приставной шаг – на М/Р 2/4, 3/4, 4/4 – в характере озорного, подвижного танца, а также лирического, нежного танца; самостоятельно и в сочетании с хлопками, притопами и другими танцевальными движениями.<br>3.Элементы русского танца – «ковырялочка», «веревочка», «моталочка»: тройной ход, тройной ход с последующим ударом стопы в пол, «припадание» (по невыворотной – IV позиции и выворотной – III позиции).<br>3. Вальсовая дорожка – тройной шаг с подъемом на полупальцы.<br>4. Движения для мальчиков – хлопушки, полуприсядки и присядки, самостоятельно и в соединении в небольшие комбинации. Совершенствуются ранее разученные и разучиваются новые варианты. Например, приставной шаг с хлопком во время приставления рабочей ноги к опорной; тройной шаг с ударом по поднятому колену (впереди) или голени (сзади). |         |

|                         |   |  |
|-------------------------|---|--|
| <p>Постановка танца</p> | <p>Парные, парно-массовые, массовые; отдельные для девочек и для мальчиков: танцевальные композиции с сольными фрагментами; созданные на образцы народной, классической, эстрадной музыки, также на основе популярных детских песен.</p> <p>Танец «Осенний вальс» (октябрь)</p> <p>Танец «Полька» (ноябрь)</p> <p>Танец «Белая метель» (декабрь)</p>  |  |
| <p>Этюды, игры</p>      | <p><b>Этюд «Пробуждение»</b></p> <p>Этюд направлен на постановку корпуса, головы, воспитание чувства красоты и доброты, развитие выразительности движений рук. Музыкальное сопровождение – нежная, неторопливая музыка, напоминающая рассвет. Ассоциативные образы: солнышко, дети, солнышко на небо поднимается, дети умываются, цветы распускаются.</p> <p>Музыкальный размер – 4/4.</p> <p>Исходное положение – приняв положение сидя на коленях, наклонить корпус к ногам так, чтобы голову положить на колени, обхватив их руками – состояние расслабленное.</p> <p>Начинается этюд с пробуждения. Педагог (руководитель) на 16 тактов подходит к каждому ребенку и соответственно музыке гладит его по спине (от плеч вниз) – как бы будит его, а движением руки дает «сигнал» мышцам спины и позвоночнику, чтобы они подтянулись и помогли держать корпус прямо и красиво.</p> <p>После прикосновения руки педагога ребенок, оставаясь в положении сидя на коленях, должен поднять корпус в прямое положение, расправить плечи, подтянуть низ живота, руки опустить вдоль корпуса, голову держать прямо.</p> <p>Солнышко поднимается на небо.</p> <p>1-й такт – в положении сидя на коленях, округлив руки в локтях, поднимаем их вперед до уровня пояса (1-я позиция рук).</p> <p>2-й такт – сохраняя положение рук, поднимаемся до положения стоя на коленях.</p> <p>3-й такт – сохраняя уровень рук и стоя на коленях, вытягиваем руки вперед – «лучики солнышка».</p> <p>4-й такт – вновь округляя руки в локтях, принимаем 1-ю позицию.</p> <p>5-й такт – стоя на коленях и сохраняя округлость рук, поднимаем их над головой (3-я позиция рук).</p> <p>6 такт – сохраняя положение рук, встаем с колен в</p> |  |

полный рост  
(ноги вместе) – поднялось солнышко на небо.

7-й такт – вытягиваем руки вверх (лучики распрямляем) с одновременным подъемом на полупальцы.

8-й такт – опускаясь с полупальцев на всю ступню, раскрываем руки в стороны, а затем опускаем их вниз.

Дети умываются.

1-й такт – опустившись в полное приседание, делаем движение кистями, как будто набираем в ладони воду.

2-й такт – бережно держа воду в ладонях, поднимаемся в полный рост.

3-й такт – поднимаемся на полупальцы, а руки поднимаем вперед – вверх (просим солнышко согреть водичку).

4-й такт – опускаемся с полупальцев и опускаем руки так, чтобы ладони оказались перед лицом.

5-й такт – наклоняем голову налево, как будто умываем левую щечку и возвращаем голову в прежнее положение.

6-й такт – аналогично 5-му такту, только умываем правую щечку. 7–8-й такты – стряхиваем оставшуюся водичку, как бы поливаем землю.

Из зернышка прорастает цветок.

1-й такт – опустившись в полное приседание, соединяем кисти, повернув ладони друг к другу так, чтобы это положение напомнило зернышко.

2–4-й такты – медленно поднимаемся в полный рост, собранные кисти (пальцы направлены вверх) поднимаются вверх – это тянется бутон цветка.

5-й такт – поднимаясь на полупальцы, полностью вытягиваем руки вверх, кисти еще соединены в бутон.

6-й такт – сохраняя полупальцы, руки округляются в локтях (3-я позиция) – бутон готов раскрыться.

7–8-й такты – руки (начиная от кончиков пальцев) широким движением медленно раскрываются в стороны (ладони вверх), опускаемся с полупальцев.

Лепестки цветка разговаривают друг с другом.

1-й такт – правая рука широким движением ведется над головой к левой руке (как будто говорит ей «здравствуй»), голова поворачивается влево, можно одновременно исполнять и приседание.

2-й такт – правая рука вновь раскрывается в сторону, голова прямо, колени вытягиваются.

3–4-й такты – аналогично 1–2-му тактам, но движение исполняется левой рукой.

5-й такт – руки собираются так, что ладонь правой руки обхватывает сбоку левое плечо, а левая рука обхватывает правое плечо – лепестки нежно обнимаются.

6-й такт – руки вновь раскрываются в стороны.

7–8-й такты – медленно опускаются в исходное положение. Все погрузилось в сон.

**Игра «Штиль-шторм»**

Педагог просит детей включить свое воображение и говорит, что их группа представляет собой единое целое — море, а каждый из них - волна.

1-й вариант. Все становятся в круг и берутся за руки. По команде «штиль» все участники медленно и спокойно покачиваются, изображая руками еле заметные волны. По команде «шторм» амплитуда движения рук увеличивается, участники покачиваются более динамично. «Смена погоды» происходит 3-5 раз.

2-й вариант. Игра проводится по тем же правилам, но участники строятся в две или три линии.

Музыка: инструментальная со звуками моря, ветра и т.д.: чередование контрастных темпов и динамических оттенков.

**Игра «Танец аборигенов»**

Дети становятся в круг.

1-й этап. Педагог показывает базовые движения африканских танцев, дети пытаются повторить.

2-й этап. Каждый по очереди солирует в кругу с копьём или бубном. Группа продолжает двигаться на месте. Каждый солист получает в подарок аплодисменты.

Цель: стимулировать творческое самовыражение, высвобождение чувств, повысить самооценку, развить танцевально-экспрессивные способности.

Музыка: афро-джаз.

Темп: быстрый

## 2 квартал

| Разделы                                | Содержание   | Оборудование                                 |
|--|--|--|
| Подготовительно-развивающие упражнения | <p>1. Постановка корпуса – продолжается работа над его выразительностью на основе новых образов и музыкального сопровождения.</p> <p>2. Упражнения для головы – активно вводятся практически во все танцевальные элементы; придают законченность движениям и большую выразительность.</p> <p>3. Упражнения для плеч – используются все варианты движений, выученные ранее, в новых сочетаниях.</p> <p>4. Упражнения для рук – построены на контрасте малой и большой амплитуды: резкие – мягкие; короткие – длинные. Движения рук можно исполнять по принципу от простого к сложному. Например, движения пальцами, кистями, движения от локтя и от плеча.</p> <p>5. Упражнения для корпуса – являются обязательными для вводной части урока, исполняются как самостоятельное упражнение, так и в сочетании с движениями рук, головы и ног.</p> <p>6. Шаги и бег:</p> <p>а) ходьба – различные виды шагов с одновременной работой рук, корпуса, головы в разных композиционных рисунках и перестроениях; в сочетании друг с другом и другими движениями в зависимости от темпа, ритмического рисунка, образа. Добиваемся в исполнении естественности, яркой выразительности;</p> <p>б) бег – легкий бег на полупальцах, бег с откидыванием ног назад, вперед (прямых), бег с высоко поднятым коленом. Так же как и виды ходьбы, исполняется с ускорением, замедлением, остановками.</p> <p>Сочетается с ходьбой, активно вводятся движения рук и головы. Возможны сочетания с прыжковыми движениями. Например, с перескоками с ноги на ногу.</p> <p>7. Прыжки и движения прыжкового характера – в различных ритмических рисунках и темпах; на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону; с одновременными движениями головы и рук. Исполняются по одному, в паре, ансамблем. Разная амплитуда прыжка у мальчиков и девочек (мальчикам можно предложить исполнить прыжок вверх с поджатыми ногами).</p> | Магнитофон, диск с музыкальными фонограммами |
| Партерный экзерсис                     | <p>Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999. - 272 с.,</p> <p>Упр. 2 с 98, упр. 5 с. 99, упр. 9 с. 100, упр. 10 стр. 101, упр. 12-13 стр. 102, упр. 15 стр. 103, упр. 17 стр. 104, упр. 19. стр. 104, упр. 20 стр. 105, упр. 26 стр. 107, упр. 29, стр. 108, упр. 37 стр. 111, упр. 40 стр. 112, упр. 40 стр. 112,</p>   | Коврики                                      |

|                       |   |                      |
|-----------------------|---|----------------------|
|                       | упр. 43 стр. 113, упр.44 стр. 114, упр. 50 стр. 116, упр. 53-54 стр. 118, упр. 57 стр. 119, упр. 58 стр. 120  |                      |
| Классический экзерсис | <p><b>Закрепление позиций ног.</b> Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с., стр. 128-129</p> <p><b>Закрепление позиций рук.</b> Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с., стр. 131-133</p> <p><b>Закрепление port de bras</b> Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с., стр. 150</p> <p><b>Закрепление demi plie</b> (по 1,2,4, 6 позиции ног); releve (1,2,4,6 позиции ног), battement tendu (из 1 позиции вперед, в сторону, назад без опоры); battement tendu jete (из 1 позиции вперед, в сторону, назад без опоры), grand plié (по 1,2 позиции)</p> <p><b>Знакомство с положение ноги sur le cou-de-pied</b> на щиколотке спереди и сзади с опорой</p>   | Гимнастическая палка |
| Танцевальные элементы | <p>Элементы танцев соединяются в небольшие комбинации. Совершенствуются ранее разученные и осваиваются новые варианты. Например, приставной шаг на М/Р –3/4.</p> <p>1.Полька – по IV позиции ног (подскок, три шага); возможно с вариантами польки по III выворотной позиции ног.</p> <p>2.Приставной шаг – на М/Р 2/4, 3/4, 4/4 – в характере озорного, подвижного танца, а также лирического, нежного танца; самостоятельно и в сочетании с хлопками, притопами и другими танцевальными движениями.</p> <p>3.Элементы русского танца – «ковырялочка», «веревочка», «моталочка»: тройной ход, тройной ход с последующим ударом стопы в пол, «припадание» (по невыворотной – IV позиции и выворотной – III позиции).</p> <p>3. Вальсовая дорожка – тройной шаг с подъемом на полупальцы.</p> <p>4. Движения для мальчиков – хлопушки, полуприсядки и присядки, самостоятельно и в соединении в небольшие комбинации. Совершенствуются ранее разученные и разучиваются новые варианты. Например, приставной шаг с хлопком во время приставления рабочей ноги к опорной; тройной шаг с ударом по поднятому колену (впереди) или голени (сзади).</p> |                      |
| Постановка танца      | <p>Парные, парно-массовые, массовые; отдельные для девочек и для мальчиков: танцевальные композиции с сольными фрагментами; созданные на образцы народной, классической, эстрадной музыки, также на основе популярных детских песен.</p> <p>Продолжительность танцевальных композиций от 1,5 до 2,5 минут.</p>  |                      |

|             |  |  |
|-------------|--|--|
|             | Танец «Куклы и гусары» (январь-февраль)<br>Танец «Стиляги» (февраль-март)  |  |
| Этюды, игры | <p><b>Игра «Паруса»</b><br/> Это упражнение на напряжение и расслабление. Группа строится в форме клина, изображая парусный корабль.<br/> 1-й этап. По команде педагога «поднять паруса» дети поднимают руки в стороны, слегка отводя их назад, и замирают, стоя на полупальцах.<br/> 2-й этап. По команде «спустить паруса» — опускают руки, приседая вниз.<br/> 3-й этап. По команде «попутный ветер» — группа двигается вперед, сохраняя форму клина корабля.<br/> 4-й этап. По команде «полный штиль» все останавливаются.<br/> Повторить 3-4 раза.<br/> Цель: восстановить дыхание, снизить эмоциональное возбуждение, помочь ориентации в пространстве и развить умение чувствовать себя частью единого целого.<br/> Музыка: спокойная, инструментальная.</p> <p><b>Игра «Танцевальный ринг»</b><br/> Дети делятся на две группы, каждая из которых поочередно двигается в своем стиле, при этом импровизируя и вступая во взаимодействие друг с другом. Пока одна группа танцует, другая наблюдает, и наоборот. Затем группы пробуют свои силы в противоположном стиле (меняются стилями), и игра повторяется.<br/> Музыка: любое сочетание контрастных стилей: рок-н-ролл и рэп, классический и народный, джаз и техно.</p> <p><b>Игра «Невесомость»</b><br/> 1-й вариант: дети хаотично располагаются на площадке и медленно («заторможенно») перемещаются, изображая состояние невесомости. При этом в свободной импровизации вступают во взаимодействие друг с другом.<br/> 2-й вариант: дети располагаются по кругу и изображают игру в волейбол в невесомости, посылая друг другу импульсы взглядом и медленными жестами во время «передачи мяча». Педагог становится равноправным участником игры и собственным примером побуждает участников использовать весь спектр движений игры в волейбол.<br/> Цель: помочь ориентации в пространстве, исследовать возможность самопонимания и самоосознания в предлагаемых обстоятельствах, развить групповое взаимопонимание и взаимодействие.<br/> Музыка: спокойная, «космическая» (например, композиции группы «Space»), темп медленный.</p> |  |

### 3 квартал

| Разделы                                | Содержание   | Оборудование                                 |
|--|--|--|
| Подготовительно-развивающие упражнения | <p>1. Постановка корпуса – продолжается работа над его выразительностью на основе новых образов и музыкального сопровождения.</p> <p>2. Упражнения для головы – активно вводятся практически во все танцевальные элементы; придают законченность движениям и большую выразительность.</p> <p>3. Упражнения для плеч – используются все варианты движений, выученные ранее, в новых сочетаниях.</p> <p>4. Упражнения для рук – построены на контрасте малой и большой амплитуды: резкие – мягкие; короткие – длинные. Движения рук можно исполнять по принципу от простого к сложному. Например, движения пальцами, кистями, движения от локтя и от плеча.</p> <p>5. Упражнения для корпуса – являются обязательными для вводной части урока, исполняются как самостоятельное упражнение, так и в сочетании с движениями рук, головы и ног.</p> <p>6. Шаги и бег:</p> <p>а) ходьба – различные виды шагов с одновременной работой рук, корпуса, головы в разных композиционных рисунках и перестроениях; в сочетании друг с другом и другими движениями в зависимости от темпа, ритмического рисунка, образа. Добиваемся в исполнении естественности, яркой выразительности;</p> <p>б) бег – легкий бег на полупальцах, бег с откидыванием ног назад, вперед (прямых), бег с высоко поднятым коленом. Так же как и виды ходьбы, исполняется с ускорением, замедлением, остановками.</p> <p>Сочетается с ходьбой, активно вводятся движения рук и головы. Возможны сочетания с прыжковыми движениями. Например, с перескоками с ноги на ногу.</p> <p>7. Прыжки и движения прыжкового характера – в различных ритмических рисунках и темпах; на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону; с одновременными движениями головы и рук. Исполняются по одному, в паре, ансамблем. Разная амплитуда прыжка у мальчиков и девочек (мальчикам можно предложить исполнить прыжок вверх с поджатыми ногами).</p> | Магнитофон, диск с музыкальными фонограммами |
| Партерный экзерсис                     | <p>Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999. - 272 с.,</p> <p>Упр. 1 с 97, упр. 2 с 98, упр. 3 с. 98, упр. 5 с. 99, упр. 10 стр. 101, упр. 12 с. 101, упр. 13 стр. 102, упр. 15 стр. 103, упр. 17, стр. 104, упр. 20-21 стр. 105, упр. 29 стр. 108, упр. 30 стр. 108, упр. 35 стр. 111, упр. 38 стр. 111, упр. 40</p>  | Коврики                                      |

|                       |  |                      |
|-----------------------|--|----------------------|
|                       | стр. 112, упр. 43 стр. 113, упр. 50 стр. 116, упр. 51 стр. 117, упр.53 стр. 118, упр. 57 стр. 119  |                      |
| Классический экзерсис | <p><b>Закрепление позиций ног.</b> Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с., стр. 128-129</p> <p><b>Закрепление позиций рук.</b> Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с., стр. 131-133</p> <p><b>Закрепление port de bras</b> Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с., стр. 150</p> <p><b>Закрепление demi plie</b> (по 1,2,4, 6 позиции ног); releve (1,2,4,6 позиции ног), battement tendu (из 1 позиции вперед, в сторону, назад без опоры); battement tendu jete (из 1 позиции вперед, в сторону, назад без опоры), grand plié (по 1,2 позиции)</p> <p><b>Закрепление положения ноги sur le cou-de-pied</b> на щиколотке спереди и сзади с опорой</p> <p><b>Знакомство с battement frappe</b> (из 1 позиции) с опорой</p>   | Гимнастическая палка |
| Танцевальные элементы | <p>Элементы танцев соединяются в небольшие комбинации. Совершенствуются ранее разученные и осваиваются новые варианты. Например, приставной шаг на М/Р –3/4.</p> <p>1.Полька – по IV позиции ног (подскок, три шага); возможно с вариантами польки по III выворотной позиции ног.</p> <p>2.Приставной шаг – на М/Р 2/4, 3/4, 4/4 – в характере озорного, подвижного танца, а также лирического, нежного танца; самостоятельно и в сочетании с хлопками, притопами и другими танцевальными движениями.</p> <p>3.Элементы русского танца – «ковырлялочка», «веревочка», «моталочка»: тройной ход, тройной ход с последующим ударом стопы в пол, «припадание» (по невыворотной – IV позиции и выворотной – III позиции).</p> <p>3. Вальсовая дорожка – тройной шаг с подъемом на полупальцы.</p> <p>4. Движения для мальчиков – хлопучки, полуприсядки и присядки, самостоятельно и в соединении в небольшие комбинации. Совершенствуются ранее разученные и разучиваются новые варианты. Например, приставной шаг с хлопком во время приставления рабочей ноги к опорной; тройной шаг с ударом по поднятому колену (впереди) или голени (сзади).</p> |                      |

|                         |  |   |
|-------------------------|--|---|
| <p>Постановка танца</p> | <p>Парные, парно-массовые, массовые; отдельные для девочек и для мальчиков: танцевальные композиции с сольными фрагментами; созданные на образцы народной, классической, эстрадной музыки, также на основе популярных детских песен.</p> <p>Продолжительность танцевальных композиций от 1,5 до 2,5 минут.</p> <p>Танец «Кадриль» (апрель)</p> <p>Танец «101 далматинец» (май)</p>   | <p>Платочки<br/>Костюмы далматинцев</p> |
| <p>Этюды, игры</p>      | <p><b>Этюд «Пробуждение»</b></p> <p>Этюд направлен на постановку корпуса, головы, воспитание чувства красоты и доброты, развитие выразительности движений рук. Музыкальное сопровождение – нежная, неторопливая музыка, напоминающая рассвет. Ассоциативные образы: солнышко, дети, солнышко на небо поднимается, дети умываются, цветы распускаются.</p> <p>Музыкальный размер – 4/4.</p> <p>Исходное положение – приняв положение сидя на коленях, наклонить корпус к ногам так, чтобы голову положить на колени, обхватив их руками – состояние расслабленное.</p> <p>Начинается этюд с пробуждения. Педагог (руководитель) на 16 тактов подходит к каждому ребенку и соответственно музыке гладит его по спине (от плеч вниз) – как бы будит его, а движением руки дает «сигнал» мышцам спины и позвоночнику, чтобы они подтянулись и помогли держать корпус прямо и красиво.</p> <p>После прикосновения руки педагога ребенок, оставаясь в положении сидя на коленях, должен поднять корпус в прямое положение, расправить плечи, подтянуть низ живота, руки опустить вдоль корпуса, голову держать прямо.</p> <p>Солнышко поднимается на небо.</p> <p>1-й такт – в положении сидя на коленях, округлив руки в локтях, поднимаем их вперед до уровня пояса (1-я позиция рук).</p> <p>2-й такт – сохраняя положение рук, поднимаемся до положения стоя на коленях.</p> <p>3-й такт – сохраняя уровень рук и стоя на коленях, вытягиваем руки вперед – «лучики солнышка».</p> <p>4-й такт – вновь округляя руки в локтях, принимаем 1-ю позицию.</p> <p>5-й такт – стоя на коленях и сохраняя округлость рук, поднимаем их над головой (3-я позиция рук).</p> |   |

6 такт – сохраняя положение рук, встаем с колен в полный рост  
(ноги вместе) – поднялось солнышко на небо.

7-й такт – вытягиваем руки вверх (лучики распрямляем) с одновременным подъемом на полупальцы.

8-й такт – опускаясь с полупальцев на всю ступню, раскрываем руки в стороны, а затем опускаем их вниз.

Дети умываются.

1-й такт – опустившись в полное приседание, делаем движение кистями, как будто набираем в ладони воду.

2-й такт – бережно держа воду в ладонях, поднимаемся в полный рост.

3-й такт – поднимаемся на полупальцы, а руки поднимаем вперед – вверх (просим солнышко погреть водичку).

4-й такт – опускаемся с полупальцев и опускаем руки так, чтобы ладони оказались перед лицом.

5-й такт – наклоняем голову налево, как будто умываем левую щечку и возвращаем голову в прежнее положение.

6-й такт – аналогично 5-му такту, только умываем правую щечку. 7–8-й такты – стряхиваем оставшуюся водичку, как бы поливаем землю.

Из зернышка прорастает цветок.

1-й такт – опустившись в полное приседание, соединяем кисти, повернув ладони друг к другу так, чтобы это положение напомнило зернышко.

2–4-й такты – медленно поднимаемся в полный рост, собранные кисти (пальцы направлены вверх) поднимаются вверх – это тянется бутон цветка.

5-й такт – поднимаясь на полупальцы, полностью вытягиваем руки вверх, кисти еще соединены в бутон.

6-й такт – сохраняя полупальцы, руки округляются в локтях (3-я позиция) – бутон готов раскрыться.

7–8-й такты – руки (начиная от кончиков пальцев) широким движением медленно раскрываются в стороны (ладони вверх), опускаемся с полупальцев.

Лепестки цветка разговаривают друг с другом.

1-й такт – правая рука широким движением ведется над головой к левой руке (как будто говорит ей «здравствуй»), голова поворачивается влево, можно одновременно исполнять и приседание.

2-й такт – правая рука вновь раскрывается в сторону, голова прямо, колени вытягиваются.

3–4-й такты – аналогично 1–2-му тактам, но движение

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <p>исполняется левой рукой.</p> <p>5-й такт – руки собираются так, что ладонь правой руки обхватывает сбоку левое плечо, а левая рука обхватывает правое плечо – лепестки нежно обнимаются.</p> <p>6-й такт – руки вновь раскрываются в стороны.</p> <p>7–8-й такты – медленно опускаются в исходное положение. Все погрузилось в сон.</p> <p><b>Игра «Штиль-шторм»</b></p> <p>Педагог просит детей включить свое воображение и говорит, что их группа представляет собой единое целое — море, а каждый из них - волна.</p> <p>1-й вариант. Все становятся в круг и берутся за руки. По команде «штиль» все участники медленно и спокойно покачиваются, изображая руками еле заметные волны. По команде «шторм» амплитуда движения рук увеличивается, участники покачиваются более динамично. «Смена погоды» происходит 3-5 раз.</p> <p>2-й вариант. Игра проводится по тем же правилам, но участники строятся в две или три линии.</p> <p>Музыка: инструментальная со звуками моря, ветра и т.д.: чередование контрастных темпов и динамических оттенков.</p> <p><b>Игра «Танец аборигенов»</b></p> <p>Дети становятся в круг.</p> <p>1-й этап. Педагог показывает базовые движения африканских танцев, дети пытаются повторить.</p> <p>2-й этап. Каждый по очереди солирует в кругу с копьем или бубном. Группа продолжает двигаться на месте. Каждый солист получает в подарок аплодисменты.</p> <p>Цель: стимулировать творческое самовыражение, высвобождение чувств, повысить самооценку, развить танцевально-экспрессивные способности.</p> <p>Музыка: афро-джаз.</p> <p>Темп: быстрый</p> |  |
|--|---|--|

## 8. Оценочные и методические материалы

Промежуточная аттестация: аттестация проводится методом педагогического наблюдения по завершении обучения (май). Ребёнку предлагаются упражнения, выполнение которых анализируется с помощью определённых критериев. Результат заноситься в протокол (приложение).

| Обозначение    | Характеристика   |
|----------------|--|
| Красная клетка | Выполнение упражнения требует длительной концентрации внимания, много лишних движений или упражнение выполняет |

|                |   |
|----------------|---|
|                | неправильно   |
| Жёлтая клетка  | Упражнения выполняет без особого напряжения, сосредоточения. Допускает технические ошибки |
| Зеленая клетка | Упражнения выполняет с большим эффектом. Движения правильные, уверенные, гибкие, точные   |

**Обработка результатов промежуточной аттестации:**

Красный уровень программа считается не усвоенной.

Жёлтый уровень считается частичным усвоением программы.

Зелёный уровень считается освоением программы.



|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Дата проведения аттестации \_\_\_\_\_ мая \_\_\_\_\_ года  
Педагогический работник, реализующий дополнительную общеразвивающую программу \_\_\_\_\_  
(подпись)

## **Методические материалы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.- 272 с
2. И.Э. Бриске Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учеб. пособие/ И.Э. Бриске; Челяб. гос. акад. культуры и искусств. – Изд. 2-е перераб, доп. – Челябинск, 2013. -180 с.