

Муниципальное автономное учреждение
Дополнительного образования
«Дом детского творчества «Юность» имени академика В.П. Макеева»
(МАУ ДО «ДДТ «Юность» им. В.П. Макеева»)

Принята на заседании
Методического совета
«15» июня 2023 г.
Протокол № 9



Утверждена:
Директор МАУ ДО «ДДТ
«Юность» им. В.П. Макеева»
_____/Темур Л.В./
«15» июня 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности

«Ритмика и танец»
Ознакомительный уровень

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации программы: 2 года
Способ оплаты: на платной основе

Автор-составитель:
Завьялова Оксана Валерьевна
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

г. Миасс



Художественная направленность
Хореографическая деятельность

Дополнительная общеобразовательная программа «Ритмика и танец»

Программа разработана: 2013 г.
Редакция программы: 2023 г.



Цель программы

Приобщение дошкольников к танцевальному искусству, формирование творческих способностей средствами музыки и ритмики



Для детей 5 -7 лет



2 года обучения



Занятия 2 раза в неделю по 1 часу

1 и 2 год обучения -72 часа в год

Требования к здоровью: нет



Краткая аннотация программы

Программа направлена на приобщение детей к искусству танца и освоение начальных танцевальных навыков.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Занятия включают **логоритмические упражнения**, которые оказывают влияние на речь, память, моторику, внимание, настроение, у детей совершенствуются чувство ритма и музыкальный слух. Разучивание и показ танцевальных **этюдов** позволяют ребенку раскрыть свои творческие способности, а выход на сцену с это всегда праздник, как для родителей, так и для юных исполнителей!



Планируемые результаты

БУДЕТ УМЕТЬ:

- Воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер.
- Правильно и выразительно двигаться под музыку в соответствии заданному ритму.
- Запоминать последовательность танцевальных движений, ориентироваться в сценическом пространстве.
- Работать в ансамбле.
- Проявлять аккуратность, трудолюбие, дисциплинированность.

БУДЕТ ЗНАТЬ:

- Элементарные понятия и термины основных танцевальных движений.
- Простейшую танцевальную лексику.
- Правила сценической культуры.

КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ: дошкольники участвуют на ежегодном отчетном концерте в конце учебного года.

Содержание

Раздел I. «Комплекс основных характеристик программы»	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2 Цель и задачи программы	4
1.3 Планируемые результаты:	5
1.4 Учебный план 1 года обучения	6
1.5 Учебный план 2 года обучения	8
Раздел II. «Комплекс организационно-педагогических условий»	10
2.1. Календарный учебный план	10
2.2 Методическое обеспечение программы	10
2.3 Формы контроля	11
Условия реализации общеразвивающей программы	12
Список литературы.....	13
Приложения.....	14
Нормативно-правовые документы	14
Календарный учебный график	15
Оценочный материал.....	24
Карта контроля.....	24
План воспитательной работы	24
Методические материалы	26

Раздел I. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная, общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец» имеет художественную направленность и составлена на основании нормативных документов федерального и регионального уровней, нормативных локальных актов МАУ ДО «ДДТ «Юность» им. В. П. Макеева» (Приложение 1).

Актуальность программы определяется в запросе со стороны родителей, имеющих детей дошкольного возраста. Хореография позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, психического развития ребенка. обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного развития.

Отличительная особенность

Программа представляет собой синтез ритмики и танца. Занятия имеют свою определенную структуру и учитывают возрастные особенности дошкольников, проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальной импровизации. Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом формирования у детей музыкально-ритмических навыков и навыков эмоционально-выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному освоению программы.

Педагогическая целесообразность обусловлена тем, что занятия хореографией укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние детей. Чем раньше дать детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем меньше будет у детей проблем с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки. Более естественным и успешным будет дальнейшее развитие ребенка и становление его личности.

Развивающие занятия ритмикой включают логоритмические упражнения, которые оказывают влияние на общий тонус, моторику, настроение, способствует тренировки подвижности нервных центров ЦНС и активизации коры головного мозга. У детей совершенствуются музыкально-эстетические чувства, чувство ритма, музыкальный слух, внимание и память, через овладение детьми разнообразными формами движения: ходьбы, бега, прыжков, подскоков, танцевальных упражнений.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы – приобщение дошкольников к танцевальному искусству, формирование творческих способностей средствами музыки и ритмики

Задачи:

Образовательные:

- обучать умению правильно и выразительно двигаться под музыку в соответствии заданному ритму;
- обучать работать в группе.

Развивающие:

- развивать музыкальный слух, чувство ритма, музыкальную память;
- развивать двигательные качества и умения (ловкость, точность, координация движений; гибкость и пластичность, умение ориентироваться в пространстве, выносливость);
- развитие способности воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер;
- формирование правильной осанки.
- развивать и тренировать психические процессы (эмоциональную сферу, восприятие, память, внимание, мышление).

Воспитательные:

- воспитывать культуру общения и поведения;
- воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, аккуратность.

Адресат и возрастные особенности программы

Программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и санитарно – гигиеническими требованиями к нагрузке ребёнка. Программа рассчитана на детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет. В каждой группе по 15 человек. Запись производится на основании заявления от родителей и медицинской справки от врача.

В конце учебного года проводятся открытые занятия, выступления перед родителями, на которых все дети демонстрируют полученные знания, умения и навыки.

Организация образовательного процесса

Форма обучения: очная.

Особое требование: для зачисления на программу требуется медицинская справка, подтверждающая отсутствие противопоказаний для занятий.

Объем программы: 72 часа в год

Срок освоения программы: 2 года.

Уровень освоения программы: ознакомительный

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу (25 минут).

Программа реализуется на платной основе.

1.3 Планируемые результаты:

Предметные:

- Дети научатся правильно и выразительно двигаться под музыку в соответствии заданному ритму.
- Будут знать простейшую танцевальную лексику.

Метапредметные:

- Разовьются музыкальный слух, чувство ритма, музыкальная память.
- Научатся воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер.
- Разовьются: ловкость, точность, координация движений; гибкость и пластичность, умение ориентироваться в пространстве.
- Научатся сотрудничать с педагогом и сверстниками.

Личностные:

- Повысится культура поведения и чувства уважения друг к другу;
- Дети будут проявлять трудолюбие, дисциплинированность, аккуратность.

1.4 Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела	Общее Количество учебных часов	в том числе		Формы контроля
			теория	практика	
1.	Вводное занятие	1	1		Наблюдение
2.	Постановка корпуса, рук, ног, головы.	4	1	3	Выполнение упражнений
3.	Учебные комбинации, логоритмические упражнения, этюды	20	2	18	Выполнение упражнений
4.	Partehrs	19	2	17	Выполнение упражнений
5.	Игры	6	-	6	Выполнение упражнений
6.	Постановочная работа	21	5	16	Анализ выступления на сцене
6.	Итоговое занятие	1	-	1	Открытое занятие
	Всего:	72	11	61	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие

Теория: Знакомство с коллективом, правилами техники безопасности, правилами поведения в ДДТ «Юность».

2. Постановка корпуса, рук, ног, головы

Теория: Основные понятия: «правая», «левая», «наклоны», «повороты», основные части тела: руки, ноги, голова, позвоночник; позиции рук и ног, разучивание стихотворений.

Практика:

- Упражнения на постановку корпуса «ёлочка»;
- Упражнения на постановку головы «принц и принцесса».

3. Учебные комбинации, логоритмические упражнения, этюды

Теория: Понятия слов «координация», «мышцы спины», разучивание стихотворений Агнии Барто «Мишка», «Мячик», «Лошадка».

Практика:

- Танцевальный этюд на развитие мышц рук «Солнышко»;
- Танцевальный этюд на умение расслабление и напряжение «Куклы»;
- Танцевальный этюд на развитие фантазии «Шарик»;
- Танцевальный этюд на развитие формирования навыка бегать мелкими, лёгкими прыжками «Мячики» (см. Приложение №4)
- Логоритмические упражнения:
- Этюд на развитие мышц ног «гусенички»;
- Этюд на развитие мышц спины «котик»;
- Этюд на развитие координации «часики».

4. Partehrs

Теория: Понятия слов «напряжение» и «расслабление», их влияние на работу мышц.

Практика: Выполнение упражнений:

- на напряжение и расслабление мышц тела;
- для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Развития подвижности локтевого сустава;
- для развития гибкости плечевого и поясничного суставов;
- на укрепление мышц брюшного пресса;
- на улучшение гибкости позвоночника;
- для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- на улучшение гибкости коленных суставов;
- для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;
- для развития выворотности ног и танцевального шага.

5. Игры

Теория: Основные понятия «координация движений», «развитие внимания», «сплочение коллектива».

Практика:

- Игра на развитие внимания, сплочению коллектива «Буги – Вуги»;
- Игра на развитие слуха и внимания «Глухой телефон»;
- Игра на развитие внимания, координации «Зеркало»;
- Игра на развитие быстроты, ловкости «Узнай меня».

6. Постановочная работа

Теория: Работа над рисунком танца, танцевальной лексикой.

Практика: Рисунки танца «круг», «два круга», «змейка», «фонтанчик». Работа над танцевальной композицией.

7. Итоговое занятие:

Открытое занятия или выступление на сцене.

Планируемые результаты 1 года обучения

Дети должны знать:

- основные виды ходьбы;
- основные виды бега;
- основные прыжковые движения;
- имитационные движения.

Дети должны уметь:

- самостоятельно находить свободное место в зале;
- перестраиваться в круг, становиться в пары, друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, в колонны;

Дети должны овладеть навыками:

- исполнять знакомые движения в игровых ситуациях под музыку;
- выполнять все правила поведения на сцене.

1.5 Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название темы/раздела	Общее количество учебных часов	в том числе		Формы контроля
			Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1		Наблюдение
2.	Постановка корпуса, экзерсис на середине зала	12	2	10	Выполнение упражнений
3.	Учебные комбинации, логоритмические упражнения, этюды	8	1	7	Выполнение упражнений
4.	Partehrs	20	2	18	Выполнение упражнений
5.	Игры	3		3	Выполнение упражнений
6.	Постановочная работа	27	5	22	Анализ выступления
7.	Итоговое занятие	1		1	Открытое занятие
	Всего:	72	11	61	

Содержание учебного плана

1.Вводное занятие

Теория: Знакомство с коллективом, правилами техники безопасности, правилами поведения в ДДТ «Юность».

2.Постановка корпуса, рук, ног, головы

Теория: Основные понятия: «правая», «левая», «хлопнуть», «топнуть», «ковырялочка», «гармошка», «ёлочка».

Практика:

- Упражнения на постановку корпуса, ног и рук - комбинация №1;
- Упражнения на постановку корпуса «гармошка»- комбинация №2;
- Экзерсис на середине зала (см. Приложение)

3.Учебные комбинации, этюды

Теория: Понятия «координация», «мышцы спины», разучивание стихотворений.

Практика:

- Танцевальный этюд на развитие мышц рук «цветочки»;
- Танцевальный этюд на развитие мышц рук и фантазии «Сказка о восточной красавице»;
- Танцевальный этюд на развитие мышц ног «Сказка о веселых друзьях».
- Танцевальный этюд на развитие активности плечевого и локтевого суставов и эмоциональной выразительности «паровозик»;
- Танцевальный этюд на эмоциональной выразительности «солнышко и тучка»;
- Танцевальный этюд на развитие мышления, эмоций, в его основе заложены подражательные движения птицы - «птичка»;

-Танцевальный этюд на развитие мышц спины, координации - «грибочки»;
-Танцевальные этюды на развитие координации, всего двигательного аппарата «зайка и сугроб», «пастушки».

-Танцевальные этюд на формирование навыка общения м/д мальчиком и девочкой «танец втроем», «весёлые ладошки», «во саду ли, в огороде» (см. Приложение №3)

-Логоритмические упражнения:

-Танцевальный этюд на развитие мышц ног и рук и работу в паре «Лягушки»;

-Танцевальный этюд на развитие мышц ног и рук «У Лукоморья».

4.Partehrs

Теория: Понятия «напряжение» и «расслабление», их влияние на работу мышц.

Практика:

- 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 поясничного суставов;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
- упражнения на улучшение гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения на улучшение гибкости коленных суставов;
- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага

5. Игры

Теория: Основные понятия «координация движений», «развитие внимания», «сплочение коллектива».

Практика:

- Игра на развитие внимания, сплочению коллектива «Буги – Вуги»;
- Игра на развитие слуха и внимания «Глухой телефон»;
- Игра на развитие внимания, координации «Зеркало»;
- Игра на развитие быстроты, ловкости « Узнай меня» (см. Приложение)

6.Постановочная работа

Теория: Работа над рисунком танца, танцевальной лексикой.

Практика:

Рисунки танца «круг», «два круга», «змейка», «фонтанчик». Работа над танцевальной композицией.

7. Итоговое занятие

Итоговое, заключительное занятие проходит в виде открытого занятия или выступления на сцене, где дети показывают, то чему они научились за год.

Планируемые результаты 2 года обучения

Дети должны знать:

- основные виды ходьбы;
- основные виды бега;
- основные прыжковые движения;
- имитационные движения;

- основные плясовые движения.

Дети должны уметь:

- самостоятельно находить свободное место в зале;
- перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, в колонны;
- выполнять перестроения на основе простейших танцевальных композиций;
- выполнять общеразвивающие упражнения на различные группы мышц.

Дети должны овладеть навыками:

- исполнять знакомые движения в игровых ситуациях под музыку;
- выполнять все правила поведения на сцене;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных композициях;
- самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности.

Раздел II. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный план

Этап образовательного процесса	1 год обучения	2 год обучения
Начало учебного года	1 сентября	1 сентября
Окончание учебного года	31 мая	31 мая
Продолжительность освоения программы	36 недель (72 часа в год)	36 недель (72 часа в год)
Текущий контроль	В течение всего года	В течение всего года
Итоговый контроль	В период с 15 апреля- 15 мая	В период с 15 апреля- 15 мая

2.2 Методическое обеспечение программы

Ведущими формами организации образовательного процесса являются практические и репетиционные занятия. Используются такие формы как: открытое занятие, беседа, концерты (коллективное посещение и участие). На занятиях наряду с фронтальными методами используются работа в парах, игровая форма. Выбор форм, методов и видов деятельности в учебной группе определяется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

В процессе обучения применяются современные педагогические технологии, помогающие создавать оптимальные условия для развития, обучения и воспитания:

- Технология развивающего обучения;
- Технология коллективной творческой деятельности;
- Технология игровой деятельности;
- Здоровьесберегающая технология.

Формы организации деятельности на занятиях:

- Фронтальная

- Групповая

Для реализации поставленных задач, выбраны следующие методы обучения:

- наглядный
- словесный
- практический
- анализ конкретной ситуации
- создание ситуации успеха

Принципы построения программы:

- добровольности
- сочетание теории и практики
- системности
- доступности
- вариативности

Требования к подбору движений:

- движения должны соответствовать музыке;
- быть доступными двигательным возможностям детей (с точки зрения координации движений, ловкости, точности, пластичности);
- быть понятными по содержанию игрового образа (например, для младших – мир игрушек, окружающей природы, персонажи популярных мультфильмов; для старших - герои волшебных сказок, переживаниями различных состояний и т.д.)
- быть разнообразными, включающими различные исходные положения: стоя, сидя, лежа, на четвереньках, на коленях и др.

Характеризуя доступность ритмической композиции в целом, необходимо организовать следующие:

- - координационную сложность движений;
- - объем движений;
- - переключаемость движений;
- - интенсивность нагрузки.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочными является темп, которому соответствуют быстрота, бег, прыжки. Нагрузочными также являются подскоки, галопы, прыжки, приседания, выполняемые в умеренно-быстром темпе.

Педагог должен все соотнести с индивидуальными возможностями конкретного ребенка. Но важно также ориентироваться и на средние показатели уровня развития детей в группе.

2.3 Формы контроля

Виды контроля	Формы проведения	Сроки
Текущий	Наблюдение	В течение года
Итоговая контроль	Отчетный концерт	Апрель-май

1. Текущий контроль (по итогам раздела/занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, активность, уровень физической нагрузки.

2. Итоговой контроль проходит в конце учебного года (апрель – май) и служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе итогового годового контроля оценивается:

- правильность и точность исполнения;
- уровень физической нагрузки; артистичность.

Формой контроля является участие в отчетном концерте объединения, контрольном или открытом занятии.

1. Открытое занятие – 1 раз в конце учебного года для родителей и педагогов учреждения.

2. Отчетный концерт – 1 раз в конце года.

Условия реализации общеразвивающей программы

2.5 Материально-техническое обеспечение

Оборудование

1. Кабинет (светлый, теплый, проветриваемый) с отделением для переодевания детей - раздевалкой.

2. Деревянный пол (паркет, брусек) покрытый линолеумом.

3. Хореографический станок, укрепленный в пол и в стенку, состоящий 2-х параллельных брусьев (труб) на высоте от пола 80 см (нижний) и 100 см (верхний).

4. Укрепленное на стене зеркало (зеркальная стена) высотой не ниже 150 см

5. Гимнастические коврики

6. Пианино

7. Магнитофон с колонками

Информационное обеспечение:

1. Набор аудиозаписей для занятий и концертной деятельности

2. Книги и сборники по хореографии и музыкального материала

Форма для занятий:

1. Специальный костюм: гимнастический купальник и длинные лосины черного цвета, белые носки.

2. Обувь: балетные тапочки черного и белого цвета.

Список литературы

Для педагога:

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии: науч-популярная литература - Хореография / Т.К. Барышникова – Москва: Айрис-Пресс: Рольф. 1999. – 262 с.
2. Бекина, С.И. Музыка и движение / Бекина С.И. Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. – Ленинград: Профиздат. 2001.
3. Бриске, И.Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учеб. пособие/ И.Э. Бриске. –Челябинск. 2013.-180 с.
4. Гимнастика: Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений ДШИ. -Москва: Министерство культуры Российской Федерации, научно-методический центр по художественному образованию. 2003.
5. Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования. Акробатика / В.В. Козлов. - Москва: Гуманитарный издательский центр Владос. 2005. - 63 с.
6. Пуртова,Т.В. Учите детей танцевать : Учеб. пособие / Т.В.Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная. - Москва : Гуманитарный издательский центр Владос, Казань : ГУП ПИК Идел-Пресс. 2003- 254 с.
7. Раевская, Е.П., Музыкально-двигательные упражнения в детском саду: / Е.П. Раевская, С.Д. Руднева, Г.Н. Соболева, З.Н.Ушакова. - Москва: «Просвещение». 1991. – 222 с
8. Рогозин. И.В. Танец в коллективе художественной самодеятельности: Советы руководителю танцевального коллектива /И.В. Рогозин. - Москва: Советская Россия. 1960. - 160 с
9. Роот, З.Я. Танцы с нотами для детского сада: 2- е изд. /З.Я. Роот. - Москва: Айрис-пресс. 2007. -112с
10. Ритмика и танец: Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений ДШИ (подготовительные классы). – Москва: Федеральное агентство по культуре и кинематографии, научно-методический центр по художественному образованию. - 2006.

Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии: метод. указания и помощь обучающимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий / Т.К. Барышникова. – Санкт-Петербург: РЕСПЕКС: ЛЮКСИ. 1996. – 252 с.
2. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста;-2-е изд. / А.И. Буренина - Санкт-Петербург: ЛОИРО. 2000. - 220с.
3. Добротворская, К.А. Айседора Дункан и театральная культура эпохи модерна / К.А. Добротворская. - Санкт-Петербург: государственный Институт театра, музыки и кинематографии им. Н. К. Черкасова. 1992. - 17 с.
4. Никитин, В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца / В.Ю. Никитин. – Москва: издательский дом «Один из лучших». 2006. - 253 с.
5. Роот, З.Я. Танцы с нотами для детского сада: 2- е изд. / З.Я. РООТ. - Москва: «Айрис-пресс». 2007.-112с

Интернет-ресурсы:

1. Балетная гимнастика Бориса Князева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=qddZ-kz3X6Q>,
<https://www.youtube.com/watch?v=0GbrTX9feNA>,

<https://www.youtube.com/watch?v=NXX4eNjMesA>

2. Постановка детского танца. Мастер-класс Анны Уфимцевой [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://лепка.рф/video/exYW_ltvU1s/Постановка-детского-танца-Мастер-класс-Анны-Уфимцевой.html

3. Обучение с увлечением. Развитие физических данных [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://yadi.sk/i/y3LXcfa93a9nsm>

Список музыкальных сборников для концертмейстера:

1. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста: 2-е изд./ А.И. Буренина – Санкт-Петербург: ЛОИРО. 2000. - 220с.

2. Коренева, Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Часть 1: учеб. пособие / Т.Ф. Коренева. - Москва: Владос. 2001. – 112 с.

3. Коренева, Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Часть 2: учеб. пособие / Т.Ф. Коренева. Москва: Владос, 2001. – 104 с.

Приложения

*к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Ритмика и танец»*

Ознакомительный уровень

Приложение №1

Нормативно-правовые документы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «*Ритмика и танец*» имеет художественную направленность и составлена в соответствии с:

– Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (далее ФЗ №273)

– Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ №28 от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Постановление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

– Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022г. №678-р);

– Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015г. №996-р)

– Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

- Письмом Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК 641/09 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей);
- Письмом Министерства Просвещения №ГД-39/04 от 19.03.2020 года «Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Письмом Министерства Просвещения Российской Федерации от 20 февраля 2019г. № ТС-551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью» (вместе с "Разъяснениями о сопровождении образования обучающихся с ограниченными возможностями и инвалидностью")
- Законом Челябинской области «Об образовании в Челябинской области» от 29.08.2013 года № 515-ЗО (с изменениями от 02.11.2021 года);
- Уставом Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества «Юность» имени академика В.П. Макеева»;
- Локальными актами МАУ ДО «ДДТ «Юность» им. В.П. Макеева».

Приложение №2

Календарный учебный график

1 год обучения (72 часа)

Место проведения: МАУ ДО «ДДТ «Юность» им. В.П. Макеева» пр. Макеева, 39

№ п/п	Сроки	Форма занятия	К-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1		Организационное занятие	1	Вводное занятие: Знакомство с коллективом. Техника безопасности. Изучение поклона. Постановка корпуса, рук, ног и головы.	Наблюдение
2		Учебно-практичес	1	Изучение поклона. Постановка корпуса, рук, и головы.	
3		Учебно-практичес	1	Упражнения на постановку корпуса «ёлочка»	
4		Учебно-практичес	1	Partehrs: упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья.	
5		Учебно-практичес	1	Упражнения на постановку головы «принц и принцесса».	
6		Учебно-практичес	1	Танцевальный этюд на развитие мышц рук «Солнышко».	
7		Учебно-практичес	1	Танцевальный этюд на развитие мышц рук «Солнышко».	Выполнение упражнений
8		Учебно-практичес	1	Partehrs: упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Игр «Пластинчик»	
9		Учебно-практичес	1	Partehrs: упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Игр	

				«Пластинчик»	
10		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на умение расслабления напряжения «Куклы».	
11		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на умение расслабления напряжения «Куклы».	Выполнение упражнений
12		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие фантазии «Шарик».	
13		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	
14		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие фантазии «Шарик».	
15		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд «Мячики».	
16		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд «Мячики».	Выполнение упражнений
17		Учебно-игровая	1	Partehrs: упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Игра «Глухой телефон».	
18		Учебно-практическая	1	Этюд на развитие мышц ног «гусенички».	Выполнение упражнений
19		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на развитие подвижности локтевого сустава.	
20		Учебно-практическая	1	Этюд на развитие координации «часики».	
21		Учебно-практическая	1	Этюд на развитие координации «часики».	Выполнение упражнений
22		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на развитие подвижности локтевого сустава.	
23		Учебно-практическая	1	Этюд на развитие мышц спины «котик».	
24		Учебно-практическая	1	Этюд на развитие мышц спины «котик».	
25		Учебно-игровая	1	Partehrs: упражнения на улучшение гибкости позвоночника. Игра «Узнай меня».	
26		Учебно-практическая	1	Стихотворения Агнии Барто: «Мишка».	
27		Учебно-практическая	1	Стихотворения Агнии Барто: «Мишка».	Выполнение упражнений
28		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на улучшение гибкости позвоночника.	
29		Учебно-практическая	1	Стихотворения Агнии Барто: «Мячик».	
30		Учебно-практическая	1	Стихотворения Агнии Барто: «Мячик».	

31		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития гибкости плечевого сустава и мышц рук.	
32		Учебно-практическая	1	Стихотворения Агнии Барто: «Лошадка».	
33		Учебно-игровая	1	Стихотворения Агнии Барто: «Лошадка». И «Иголка и нитка».	
34		Практическая	1	Итоговое занятие. Повторение пройденного материала	Открытое занятие
35		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: линия колонна, диагональ.	
36		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития гибкости поясничных суставов.	
37		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: круг, круги.	
38		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: круг, круги.	
39		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития гибкости поясничных суставов.	Выполнение упражнений
40		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: линия колонна, диагональ, круг, круги.	
41		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: шахматный порядок, змейка.	
42		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	
43		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: шахматный порядок, змейка.	
44		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: шахматный порядок, змейка.	
45		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	
46		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Экспозиция танца.	
47		Учебно-игровая	1	Постановочная работа: Экспозиция танца. «Море волнуется раз...»	
48		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.	Выполнение упражнений
49		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Завязка действия в танце.	
50		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.	

51		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Развитие действия в танце.	
52		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Развитие действия в танце.	
53		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на улучшение гибкости коленных суставов.	
54		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Кульминация в танце.	
55		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Кульминация в танце.	
56		Учебно-игровая	1	Partehrs: упражнения на улучшение гибкости коленных суставов. Игра «Колечко».	Выполнение упражнений
57		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития подвижности голеностопного сустава.	
58		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Развязка действия в танце.	
59		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Развязка действия в танце.	
60		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития подвижности голеностопного сустава.	Выполнение упражнений
61		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Работа над рисунком танца.	
62		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Работа над рисунком танца.	
63		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития эластичности мышц голени и стопы.	
64		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития эластичности мышц голени и стопы.	
65		Учебно-игровая	1	Постановочная работа: Отработка техники в танце. Игра «Шалтай Болтай»	
66		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.	Выполнение упражнений
67		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.	
68		Репетиционная	1	Постановочная работа: Работа над танцевальной лексикой в танце.	
69		Репетиционная	1	Постановочная работа: «Синхронность движений» в танце	
70		Репетиционная	1	Постановочная работа: «Синхронность движений» в танце.	
71		Практическая	1	Повторение пройденного материала.	

72		Практическая	1	Итоговое занятие. Повторение пройденного материала.	
----	--	--------------	---	---	--

Календарный учебный график

2 год обучения (72 часа)

Место проведения занятий пр. Макеева, 39, кабинет №309

№ п/п	Сроки	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1		Организационное занятие	1	Вводное занятие: Знакомство с коллективом. Техника безопасности. Изучение поклона. Постановка корпуса, рук, ног и головы.	Наблюдение
2		Учебно-практическая	1	Изучение поклона. Постановка корпуса, рук, ног и головы.	
3		Учебно-практическая	1	Упражнения на постановку корпуса, ног и рук- комбинация №1.	
4		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья.	
5		Учебно-практическая	1	Упражнения на постановку корпуса, ног и рук- комбинация №2.	
6		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие мышц рук «Цветочки».	
7		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие мышц рук «Цветочки».	
8		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Игра «Пластинчик».	
9		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Игра «Пластинчик».	Выполнение упражнений
10		Учебно-практическая	1	Demi, grand plié на середине зала.	
11		Учебно-практическая	1	Demi, grand plié на середине зала.	
12		Учебно-практическая	1	Battement tendu на середине зала.	
13		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	
14		Учебно-практическая	1	Battement tendu на середине зала.	

15		Учебно-практическая	1	Rond de jambe par terre на середине зала.	
16		Учебно-практическая	1	Rond de jambe par terre на середине зала.	
17		Учебно-игровая	1	Partehrs: упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Игра «Глухой телефон».	Выполнение упражнений
18		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на развитие подвижности локтевого сустава.	
19		Учебно-практическая	1	Композиция «Яблочко» на середине зала. Упражнение «Гармошка» на середине зала.	
20		Учебно-практическая	1	Упражнение «Гармошка» на середине зала.	
21		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на развитие подвижности локтевого сустава.	
22		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие мышц ног и рук «У Лукоморья».	
23		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие мышц ног и рук «У Лукоморья».	
24		Учебно-игровая	1	Partehrs: упражнения на улучшение гибкости позвоночника. Игра «Узнай меня».	Выполнение упражнений
25		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие мышц ног и рук и работу в паре «Лягушки».	
26		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие мышц ног и рук и работу в паре «Лягушки».	
27		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на улучшение гибкости позвоночника.	
28		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие мышц рук и фантазии «Сказка о восточной красавице».	
29		Учебно-практическая	1	Танцевальный этюд на развитие мышц рук и фантазии «Сказка о восточной красавице».	
30		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития гибкости плечевого сустава и мышц рук.	
31		Учебно-	1	Танцевальный этюд на развитие	

		практическая		мышц ног «Сказка о веселых друзьях».	
32		Учебно-игровая	1	Танцевальный этюд на развитие мышц ног «Сказка о веселых друзьях». Игра «Иголка и нитка».	
33		Практическая	1	Повторение пройденного материала.	
34		Практическая	1	Итоговое занятие. Повторение пройденного материала.	Открытое занятие
35		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: линия, колонна, диагональ.	
36		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: линия, колонна, диагональ.	
37		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития гибкости поясничных суставов.	
38		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: круг, круги.	
39		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: круг, круги.	
40		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития гибкости поясничных суставов.	Выполнение упражнений
41		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: шахматный порядок, змейка.	
42		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	
43		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: шахматный порядок, змейка.	
44		Учебно-практическая	1	Постановочная работа: Рисунок танца: шахматный порядок, змейка.	
45		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	
46		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Экспозиция танца.	
47		Учебно-игровая	1	Постановочная работа: Экспозиция танца. Игра «Море волнуется раз...»	
48		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.	Выполнение упражнений
49		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Завязка действия в танце.	
50		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава	

				и эластичности мышц бедра.	
51		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Развитие действия в танце.	
52		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Развитие действия в танце.	
53		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на улучшение гибкости коленных суставов.	
54		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Кульминация в танце.	
55		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Кульминация в танце.	
56		Учебно-игровая	1	Partehrs: упражнения на улучшение гибкости коленных суставов. Игра «Колечко».	
57		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	
58		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития подвижности голеностопного сустава.	
59		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Развязка действия в танце.	
60		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Развязка действия в танце.	
61		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития подвижности голеностопного сустава.	Выполнение упражнений
62		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Работа над рисунком танца.	
63		Репетиционно-постановочная	1	Постановочная работа: Работа над рисунком танца.	
64		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития эластичности мышц голени и стопы.	
65		Учебно-игровая	1	Постановочная работа: Отработка техники рук в танце. Игра «Шалтай Болтай».	
66		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.	
67		Учебно-практическая	1	Partehrs: упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.	Наблюдение
68		Репетиционная	1	Постановочная работа: Работа над танцевальной лексикой в танце.	

69		Репетиционная	1	Постановочная работа: «Синхронность движений» в танце.	
70		Репетиционная	1	Постановочная работа: «Синхронность движений» в танце.	
71		Практическая	1	Повторение пройденного материала.	
72		Практическая	1	Итоговое занятие. Повторение пройденного материала.	

Оценочный материал**Карта контроля****Форма контроля: выполнение упражнений****Дата начала наблюдения 01.09.2022г (с)****Дата окончания наблюдения 31.05.2023г (м)**

Фамилия, Имя ребенка																								
Показатели	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м
Выразительность исполнения движений под музыку																								
Умение слышать музыку																								
Умение слышать ритм																								
Освоение большого объема движений																								
Умение организовать игровое общение с другими детьми																								
Способность к импровизации																								
Точность и правильность исполнения движений в танцевальных композициях																								
Участие в групповом номере																								

В основе текущего контроля лежит трёхбалльная система оценки успеваемости.

Выставляются баллы от 1 до 3.

Приложение №4**План воспитательной работы****План воспитательной работы составлен в соответствии с:**

❖ Особенности дополнительной общеобразовательной программы «Искусство танца»

❖ Целевыми установками Учреждения

❖ Социокультурными условиями региона

❖ Особенности коллектива обучающихся и взаимодействия с родителями

Цель:

❖ Организация совместной жизнедеятельности взрослых и детей

❖ Организация ценностно-смыслового развития обучающихся

❖ Формирование мотивации обучающихся на общечеловеческие ценности с учетом потребностей современного общества

Направленность воспитательной работы**Целевое назначение****Объединение обучающихся
Работа с**

-сплочение и создание дружественной атмосферы объединения

-выстраивание взаимодействия с родителями;

родителями
Воспитатель
я среда

-укрепление детско-родительских отношений, семейных ценностей
-воспитание основ гражданской идентичности;
-приобщение к российским традиционным культурным и духовным ценностям

Профилактика
кая работа

-формирование нравственных ценностей, навыка противостоять негативному воздействию социума;
- воспитание потребности в выполнении правил норм поведения в обществе, правил здорового и безопасного образа жизни

План воспитательной работы

Направленность воспитательной работы		Название и форма мероприятия	Срок реализации
I	Объединение обучающихся	Международный день танца. Отчетный концерт коллектива	Май Апрель
II	Работа с родителями	Родительское собрание «Организация образовательного процесса» Открытое занятие для родителей	Сентябрь Декабрь
III	Воспитательная среда	Празднование Нового года (игры, анимация, дискотека) Мероприятия, посвященные Дню защиты детей	Декабрь Июнь
IV	Профилактическая работа	Техника безопасности (Т/Б на воде, ПДД, осторожно гололед, тонкий лёд, пожарная безопасность и т.д.)	В течении года

Методические материалы

Первый год обучения

ЛОГОРИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Чтобы добавиться хороших результатов в обучении, педагог должен использовать приёмы, которые делают занятие интересным. Для этого в занятия включаются логоритмические моменты - этюды, которые позволяют детям, не только отдохнуть, но и приобрести некоторые навыки и умения.

« ГУСЕНИЧКИ »



Исполняется под музыку «Веселые гуси».

Исходное положение: лежа на спине, руки вытянуты.

Гусенички спят	Глазки закрыты.
Гусенички проснулись	Глазки открыли; сели, ноги вытянуты в коленях; подтянулись, зевнули.
Ползут вперед	Руки согнуты в локтях, кисти - в кулочках, работают вперед, назад. Передвигая ноги по очереди, ноги прямые - движутся вперед.
Гусенички устали	Двигаются назад (спиной) на свое место.
Легли спать	Зевнули, легли - руки вытянуты вдоль корпуса, колени вытянуты, глазки закрыты.
Повторить- «гусенички проснулись», «ползут вперед», «сорвали самое красное яблочко»	высоко подняли руки вверх и потянулись за яблоком, держа его перед собой, локти в сторону ползут спиной назад «ползем в домик с яблоками» - двигаются на свои места.
Передаем яблоко по цепочке	Крайний ребенок передает следующему ребенку «яблоко», он его «кусает» при этом говорит « хрум - хрум » и передает следующему, так пока яблочко не дойдет до последнего ребенка.

«Котик»



Исполняется под музыку Ю. Саульского «Черный кот».

Одновременно делая движения и читать стихотворение;

Исходное положение: сидя на коленях, спина прямая.

Кот пушистый, Кот цапка,	Правой лапкой как бы мыть ушки. Мягкими движениями кисти вперед, левой лапкой тоже самое.
Учит деток	Круговыми движениями правой лапкой. Умываем носик.
Танцевать.	Все с левой лапки.
Ну-ка, детки,	Расчесываем «коготками» усы в правую сторону и в левую сторону.
По команде 1,2,3,4,5	Пять раз обеими лапками одновременно от начала усов в стороны.
Грациозно	Поднять вверх мягко правую лапку.
Незаметно, можно спинку	Поднять левую лапку
прогибать	Левую лапку
Вперед, назад	Поставить руку чуть вперед на пол и прогибая спину, « как под забором »

Вперед, назад 1,2,3,4,5	Повторить обратно.
Увидел собачку, залез на дерево	По очереди сгибая ноги и выпрямляя их вверх.

«ЧАСИКИ»

Исходная позиция - 2 позиция ноги, руки - п/п. «Заводим часы»

1-2 - круговое движение правой руки, рука сильно вытянута.

3-4

1-2 Повторить 1 - 2 еще 3 раза.

3-4

1-2 Круговое движение левой руки, рука сильно вытянута

3-4

1 - 2 Повтор 1 - 2 еще 3 раза.

3-4

«Часы идут»

1 - 3 - три шага вперед с правой ноги. 4 - рНе с хлопком, левая нога впереди.

Согнута в коленке, носок вытянут 1 - 3 - три шага назад с левой ноги.

4 - demi plié с хлопком, правая нога впереди согнута в колене, носок вытянут. Повторить всё еще раз.

« Маленькие и большие стрелки»

1 - 4 - обе руки вверх - перекрестные шаги.

5 - 8 - обе руки вниз, - перекрестные шаги. Ноги – demi plié.

«Послушаем бой часов»

руки перед собой, пальцы сцеплены в замок.

1- 2 - поворот от талии корпуса вправо «удар»

сказать «бом»

3 - 4 - поворот от талии корпуса влево «удар» сказать «бом»

« Переводим стрелки часов»

2 такта demi plié, 4 больших круга, правая рука перед корпусом. 2 такта demi plié, 4 больших круга, левая рука перед корпусом.

« Считаем секунды»

Лечь на живот, руки поставить на локти, голову положить на кисти рук. По очереди сгибать ноги в коленях, носочки вытянуты.

« Бегут часы, бегут минуты»

4 раза прыжки по шестой позиции, руки - 4-ая позиция.

4 раза прыжки, хлопки перед собой

4 раза прыжки, хлопки за корпусом

4 раза прыжки по 6-ой позиции, руки - 4-ая позиция.

Стихи А.Барто

Для поддержания и углубления интереса детей к движению рекомендуется широко использовать показ всей группе удачного исполнения движения одним ребенком. Такие показы сопровождаются разбором и оценкой детьми исполненных движений, их соответствия музыке, их

выразительности и правильности. Проговаривая, стихотворения дети учатся одновременно показывать и сопереживать героям, плакать и смеяться.

«Миш»



Исполняется под музыку Э. Елисеевой-Шмидт «Уронили Мишку»

Исходное положение: 1 п.ног, руки скрещены перед грудью, как буд-то обнимают мишку.

Уронили мишку на пол,	Резко раскрыть руки на 2п, корпус наклонить параллельно полу, наклон головы вниз.
Оторвали мишке лапу,	Л. рука на поясе, прямой пр.рукой делать вращающие движения по ходу часовой стрелки, в конце спрятать руку за спину.
Все равно его не брошу,	Л.руку согнуть в локте, все пальцы сжаты в кулак, кроме указательного. Делать маятникообразные движения от локтя перед корпусом, голова работает за рукой.
Потому что он хороший!	Наклон корпуса вниз (как бы поднимая мишку с пола) и снова обнимая его, выпрямить корпус поцеловать его!

«Мячик»



Исполняется под музыку Э.Елисеевой-Шмидт «ПроТаню». Сначала нужно выбрать девочку Таню.

Наша Таня громко плачет -	Таня стоит в середине полукруга и плачет. Дети её успокаивают, гладят по голове.
Уронила в речку мячик.	Таня плачет. Дети показывают, как плывёт по речке мячик.
-Тише, Танечка, не плачь,	Дети прижимают к своим губам пальчики, говоря: «Тише. Не плачь!»Таня смотрит то на одного ребёнка, то на другого, перестаёт плакать.
Не утонет в речке мяч!	Все улыбаются, дети показывают руками на речку.

«Лошадка»



Исполняется под музыку «Песенка Чебурашки» из мультфильма «Чебурашка», музыка В. Шаинского.Сначала нужно разделить детей на пары. В паре - одна лошадка, другая-хозяйка:

Я люблю свою лошадку,	Хозяйка: прижать обе руки к себе, показать из ладошек сердечко и показать ручками на лошадку. Лошадка: стоит на коленях, спина параллельно полу и кивает головой.
Причешу ей шёрстку гладко,	Хозяйка: гладит лошадку по голове и по спинке. Лошадка от удовольствия виляет хвостом и улыбается.
Гребешком приглажу хвостик	Всё повторить. В конце на слово «хвостик» лошадка поднимает вверх прямую

	пр.ногу.
И верхом поеду в гости!	Лошадка: поднимается на носочки, руки стоят на полу (получаются, как бы «воротики») Хозяйка: проползает под лошадкой и встаёт с другой стороны. Лошадка опускается обратно на колени.

Приложение №5

Второй год обучения

Упражнения на середине зала

«Цветочки»



Этюд исполняется под музыку «В мире много сказок», музыка В. Шаинского, см. приложение №1, фотография-см. приложение №2.

Исходная позиция - сидя на коленях, голова опущена вниз, тело параллельно полу, руки вдоль корпуса, кисти возле стоп.

Растет один листочек	Правая рука медленно поднимается вверх, кисть делает круговые движения.
Растет другой листочек	Левая рука медленно поднимается вверх, кисть делает круговые движения.
Растет стебелек	Ладонки обе вместе и от пола медленно поднимая вверх по зигзагообразной линии.
Медленно раскрывается	Медленно раскрыть пальцы образуя «чашку -цветок»
Бутончик	Ладонки сложить вместе крестиком (руки перекрещены в кисти)
Цветочек	Раскрыть ладонки, у основания соединить.
Повторить 4 раза «бутончик», «цветочек»	
Подул ветер, лепесточки разлетелись	Руки развести в стороны, пальцами шевеля, как бы изображая листочки
Дерево стоит шатается	Переносить с одной ноги на другую тяжесть корпуса
Качается	Поднимая то одну руку вверх, то другую.
Полетели снежинки - и засыпали дерево	На полу пальцах (высоких), руки- раскрыть в стороны, поворот вправо, влево, сесть на колени и принять исходное положение.

Сказки

Дети охотно откликаются на задания творческого характера. Им хочется выразить себя, показать свои творческие и артистические способности. По началу творческая активность детей проявляется в эмоциональном отклике на музыку в выразительности исполнения движений при создании музыкально-двигательных образов.

Значительное место в работе занимают упражнения, передающие воображаемые действия и изобразительные движения, при выполнении которых детям приходится активировать свою зрительную память, наблюдательность, воображение.

«Сказка о восточной красавице»

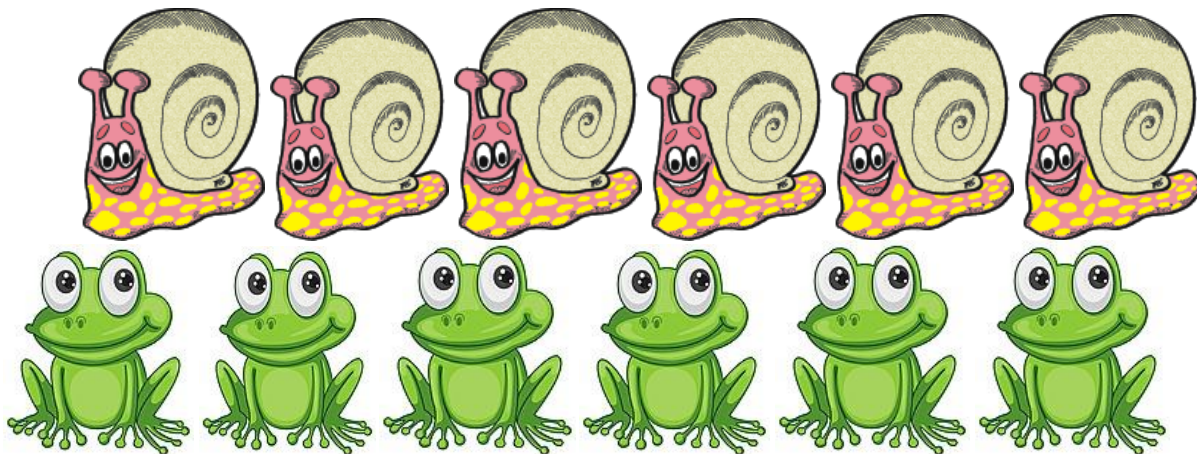


Исполняется «Песнь Шемаханской царицы» из оперы «Золотой Петушок».

Во время звучания текста дети принимают исходное положение.

В некотором царстве, в некотором государстве, за пятью морями, за пятью лесами, жила-была распрекрасная Шахерезада. Каждое утро она просыпалась у себя во дворце и радовалась первым солнечным лучикам.	Исходное положение-сесть на пол, держать спинку ровно. Медленно, имитируя потягивания, руки поднимать вверх. Позвоночник предельно вытянуть, при этом плечи не поднимаются.
Затем она садилась перед зеркалом и наряжалась в драгоценные наряды из золота и бриллиантов. Украшала пальчики колечками, одевала браслеты. Любовалась своими великолепными украшениями.	Сесть в «позу Лотоса»-руки над головой ладонями прижаты друг к другу. Делать всевозможные движения кистями, руками в восточной манере. Любоваться браслетами и колечками то на правой руке, то на левой. Наклоняться к ногам, держа руки над головой.
Потом красавица Шахерезада украшала свои ножки браслетами и цепями. Надевала хрустальные туфельки.	Сесть на пол, руки над головой. Выполняются наклоны к прямым ногам с прямой спиной. Имитируется украшение ног браслетами, одевание туфелек.
Нарядившись, Шахерезада разглядывала себя в зеркале и любовалась своей красотой.	Лечь на пол. Выполняются подъемы ног на 90° поочередно и вместе. Можно добавить работу стоп. Разведение ног в сторону, перекаты на лопатки.
Шахерезада выходила в прекрасный мандариновый сад и гуляла по тропинкам до самого вечера.	Сесть на полу, упереть руками в пол сзади. Работают стопы: сокращать, натягивать. Добавлять работу головы: вправо, влево, вперед, назад.

«Сказка о веселых друзьях»



Исполняется музыка Б. Савельева «Настоящий друг».

В одном волшебном озере жили-были веселые подружки: улиточки и лягушки. Как-то в одно прекрасное утро решили улиточки прогуляться по берегу.	Исходное положение – лечь на живот, ладонями упереть в пол. Выполняется прогиб назад, упираясь руками в пол и выпрямляя локти. Бедра и живот удерживаются на полу. Нужно очень хорошо прогнуться, стараясь коснуться макушкой ягодиц. Имитировать веселых улиток, которые выползают из своих раковин.
К улиткам на полянку припрыгали подружки-лягушки.	Лечь на живот. Упираясь на руки, прогнуть спину назад. Согнув ноги в коленях, стараться коснуться ногами головы.
Решили улиточки и лягушки навестить своего старого приятеля цыпленка. Но чтобы до него добраться, им нужно было преодолеть много препятствий на своем пути. Переплыть огромное озеро, пробраться через дремучий лес и зеленое болото. Итак, они решились на это опасное путешествие. Чтобы преодолеть широкое озеро придумали они построить лодочку.	Лежа на животе, ноги вытянуты, руки впереди сомкнуты ладонями друг к другу. Одновременно поднимать от пола вверх руки и ноги. Имитировать лодку.
Плывут они по озеру, как вдруг поднялся ветер, волны стали раскачивать лодку.	В этом положении нужно раскачиваться.
Лодочка не выдержала и перевернулась. Плюхнулись лягушки и улитки в воду и стали вплавь возвращаться на берег, хорошо отплыть далеко не успели.	В таком же положении выполнять мелкие движения хорошо вытянутыми руками и ногами, имитируя плавание.
После первой неудачной попытки переплыть озеро решили подружки соорудить кораблик понадежнее. Приделали паруса.	Лечь на живот, разведенные ноги согнуть, взяться руками за стопы. Поднимать ноги руками, стараться ноги выпрямить, приподнимая верхнюю часть туловища. Раскачиваться, имитируя кораблик на волнах.
Благополучно переплыв озеро, вышли подружки на берег и увидели перед собой дремучий лес.	Встать на колени. Имитируя деревья, раскачиваемые ветром, наклоняться с прямой спиной назад, и возвращать корпус обратно. Поднять руки вверх и прогибаться назад, стараясь руками коснуться пола.
Пробрались сквозь огромные деревья улиточки и лягушки. И вновь перед ними препятствие – зеленое вязкое болото. Не растерялись наши друзья и построили мостик через него.	Из того же положения прогнуться, руки опустить на пол и встать на мостик. Усложнить: подняться с колен, выставляя на пол поочередно стопы; сделать мостик из положения стоя.
И вот болото преодолено. Перед ними оказалось три дороги: прямо, направо и налево.	(Дорогами в данном случае называются «шпагаты»). Выполнять «шпагаты» на правую ногу, на левую, поперечный «шпагат».
Наконец-то, они увидели домик цыпленка. Цыпленок радостный выбежал встречать лягушек и улиточек.	Лечь на живот. Бедра отвести, колени согнуты, стопы касаются друг друга подошвенной частью. Спину максимально прогнуть назад, удерживая стопы и бедра на полу.

Вот и сказочки конец, а кто слушал –
молодец!

ЛОГОГРИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

«Лягушки»



Исполняется под музыку «Чунга - чанга» из мультфильма «Катерок», музыка В. Шаинского.

Одновременно читая вслух стих делать движения: исходное положение–2п,demi plie , руки согнуты в локтях - пальцы растопырены:

В лесу,	Одновременно rond пр.рукой вверх , правую ногу поднять вверх и поставить, стопа сокращена.
На кадушке,	То же с левой рукой и левой ногой.
Сидели лягушки:	Два demi plie, руки в стороны
Зеленые ушки,	Руки поднести к ушам, кисти работают вперед.
Смешные макушки.	Расставить возле ушей, наклон головы вправо, влево.
Як ним	Все повторить сначала с правой руки и правой ноги.
Подошел	Все повторить с левой ноги и левой руки.
Они в воду	Demi plie.
Бултых,	Прыжок вверх, стукнуть стопу о стопу.
И нечего больше Сказать мне о них.	Поворот в правую сторону в том же положении. Ноги - Ппозиция, руки - в стороны.

У Лукоморья...

Исходное положение-сидя на полу, ноги вытянуты вперед, руки опущены вниз.

У Лукоморья дуб зеленый;	Лечь на спину, ноги поднять в «березку»
Златая цепь на дубе том:	Согнуть ноги в коленях, стопы соединить, колени развести в стороны
И днем и ночью кот ученый	Перейти на колени, положение «кошечка»
Все ходит по цепи кругом;	Прогнуть спину вверх вниз
Идет направо - песнь заводит,	Стоя на коленях: вывести вправо прямую правую ногу на вытянуты носок, обе руки на полу, голова за ногой
Налево – сказки говорит.	Повторить с левой ноги
Там чудеса: там леший бродит,	Собрать ноги вместе, подняться на коленях вверх, руки с растопыренными пальцами в разные стороны
Русалка на ветвях сидит;	Сесть в точку №7: ноги согнуты в коленях, стопы на полу, руками обхватить колени, голова на зрителя
Там на неведомых дорожках	Придумать разных зверей, каждому ребенку свой образ
Следы невиданных зверей;	И показывать их одновременно
Избушка там на курьих ножках	Встать в широкую П п., корпус наклонить глубоко вниз к ногам и вывести параллельно полу, голова вперед
Стоит без окон, без дверей;	Руками показать «окно»: пр. кисть к левому локтю, л. кисть к правому.
Там лес и дол видений полны;	Выпрямить корпус, руки поднять вверх, показывая ветви дерева
Там о заре прихлынут волны	Собрать ноги в VI п., руки прижать вдоль корпуса
На брег песчаный и пустой,	Выровнять линию по носочкам, как солдаты
И тридцать витязей прекрасных	Самого левого ребенка пустить строевым шагом вдоль всех детей
Чредой из вод выходят ясных,	Все дети по очереди шагают вперед,

И с ними дядька их морской;	Когда «дядька» проходит мимо
Там королевич мимоходом	Раскрыть ноги на широкую П п., руки как будто держат меч
Пленяет грозного царя;	Из стороны в сторону «рубить» руками
Там в облаках перед народом	Раскрыть обе руки в разные стороны
Через леса, через моря	Имитируя движение полета
Колдун несет богатыря;	
В темнице там девица тужит,	Встать на колени в точку №7, склонить голову к правому плечу, руками как бы заплетая косу на плече
А бурый волк ей верно служит;	Согнуть обе руки, как лапки у собачки, локтями вниз, высунуть язы смотреть верными глазами на зрителя
Там ступа с Бабою Ягой	Двигаться в разные стороны на коленях
Идет, бредет сама собой;	В хаотичном направлении
Там царь Кощей над златом чахнет;	Выпрямить корпус вверх, сделать грозное лицо, наклонить вниз, согнув колени, развести руки в разные стороны и прижать их к себе
Там русский дух...там Русью пахнет!	Встать обратно на колени, сделать поклон в русском характере
И я там был, и мед я пил;	Перейти в положение «березка»
У моря видел дуб зеленый;	Фиксация «березки»
Под ним сидел, и кот ученый	Перейти на колени, сесть на пятки изображая кошку с мягкими лапками
Свои мне сказки говорил...	