

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида № 2» городского округа Самара

**ПРИНЯТО**

на заседании педагогического совета

Протокол № 6  
от «31» 05 2021 г

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 2» г.о. Самара

М.А. Шафигулина

Приказ № 1411-02

от 31.05. 2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа**

**художественной направленности**

**«Звонкий каблучок»**

для детей дошкольного возраста

от 5 до 7 лет

Срок реализации программы 1 год

Самара, 2021

## Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Учебно-тематический план.
3. Содержание программы.
4. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.
5. Список литературы.

## **Пояснительная записка**

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

Эстетическое воспитание личности происходит с первых шагов маленького человека, с первых его слов, поступков. Именно окружающая среда, откладывает в душе ребенка отпечаток на всю жизнь.

Незаменимым средством формирования духовного мира детей является искусство: литература, музыка, народное творчество, живопись, хореография.

*Актуальность.* Хореография в детском саду – это одно из любимейших детских занятий. Ребята настолько переполнены жизненной энергией, что абсолютно не могут усидеть на месте и обязательно всем видам деятельности предпочитают ту, где нужно двигаться. Поэтому занятия хореографией детям кажутся заманчивыми и привлекательными.

Хореография пробуждает у детей дошкольного возраста эмоционально- творческое начало. Формирование творческой личности существенно для эмоционального и для эстетического развития ребенка. При творческой деятельности активизируется восприятие, выразительность исполнения, оценочное отношение к своей продукции, что оказывает большое влияние на становление личности ребенка.

Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

В наше не простое время очень важно воспитать маленького человека, способного сопереживать, сочувствовать другим людям, животным, прививать ему чувство такта, воспитать культурного, полноценного члена общества. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития, импровизации.

**Цель программы:** приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников.

### **Задачи:**

#### Образовательные:

- обучить детей танцевальным движениям;
- познакомить со словарем танцевальных движений;
- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- формировать пластику, культуру движения, их выразительность.

#### Воспитательные:

- формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе;
- формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

#### Развивающие:

- развивать творческие способности детей;
- развить музыкальный слух и чувство ритма;
- развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей;
- формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

### **Ожидаемые результаты**

На втором году обучения дети должны закрепить знания и навыки, полученные в первый год обучения и перейти к изучению более сложных элементов. Дети должны уметь:

- маршировать в соответствии с метрической пульсацией;
- чередовать ходьбу с приседанием, со сгибами коленей, на носках, широким или мелким шагом, на пятках, держа ровно спину;
- рассчитаться на 1, 2, 3 для последующего построения в 3 колонны, шеренги; соблюдать правильные дистанции в колонне «по 3» и в концентрических кругах;
- перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой – на шаг назад;
- перестроение из общего круга в кружочки по 2, 3, 4 человека и обратно в общий круг;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой;
- выполнение движений с предметами более сложных, чем в предыдущих группах.

Музыкально-ритмические навыки и умения:

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малокоонтрастными построениями;
- передать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем;
- выполнять упражнения с детскими инструментами; передавать в игровых движениях различные нюансы музыки.

Навыки и умения выразительного движения:

- легко, естественно и непринужденно выполнять элементы танца по программе: шаг на носках, шаг польки, широкий и высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп;
- передавать в игровых, плясовых движениях различные нюансы музыки – напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- выразительно действовать с воображаемыми предметами; придумывать варианты к играм и пляскам;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа; выражать свои впечатления от танцевальной музыки в движениях или рисунках;
- выразительно и ритмично исполнять движения с предметами (шарами, обручами, мячами, цветами, ложками, веерами и др.);
- выполнять упражнения народно-сценического и классического экзерсиса;
- выполнять «Поклон – приветствие», «Поклон – приглашение»; выполнять элементы классического и народно-сценического урока.

**Возраст детей, сроки реализации программы:** программа рассчитана на работу с детьми дошкольного возраста (5-7 лет) в течение 1года.

Программа базируется на научных данных возрастной психологии и физиологии воспитанников.

**Формы занятий:** групповая.

## **1. Календарно-тематический план**

<b>М-ц</b>	<b>Занятие</b>	<b>Основные движения и шаги</b>	<b>Задачи</b>	<b>К-во часов</b>
С Е Н Т Я Б Р Ь	Занятие 1. Основные правила поведения в музыкальном зале	Понятие-точки зала. Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой, бег легкий «птички», «гусиным» шагом	-поддерживать интерес детей к движению под музыку; -самостоятельно находить свободное место в зале, либо свой «домик»; -формировать навык перестроения в пространстве зала;	1
	Занятие 2. 1.Танец «По лужам» 2.Игра-движение «Антошка»	Понятие-точки зала. Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой, бег легкий «птички», «гусиным» шагом с ускорением	-работать над координацией рук и ног; -развитие музыкальности; - передавать характер, настроение песни; -умение передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения.	1
	Занятие 3. 1.Танец «По лужам» 2.Ритмическое упражнение: «Марш»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой, бег легкий «птички», «гусиным» шагом с ускорением и замедлением.		1
	Занятие 4. 1.Танцевальная миниатюра «Пробуждение леса» 2.Игра-движение «Кот Леопольд»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой, бег легкий «птички», «гусиным» шагом с ускорением и замедлением		1
О К Т Я Б Р Ь	Занятие 5. 1.Танец «Листик листопад» 2.Упражнение с осенними листьями	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, ходьба с высоким подъемом колена «цапля», ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки»,	-развитие мягкости, плавности движений рук; -музыкальности и выразительности движений; -работать над координацией рук и ног;	1

О К Т Я Б Р Ь		хлопки и притопы, прыжки на одной, на двух ногах на месте и с продвижением	-развитие музыкальности; - умение координировать движение с музыкой;	
	Занятие 6. 1.Игра « Мячик» 2.Танец «Листик листопад»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, ходьба с высоким подъемом колена «цапля», ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки», хлопки и притопы, прыжки на одной, на двух ногах на месте и с продвижением перестроения: линия, круг.	-передавать характер, настроение песни; -отрабатывать перестроения в круг, линии, колонны, шеренги - отрабатывать умение ориентироваться в пространстве; -учить выполнять движения синхронно.	1
	Занятие 7. 1. Композиция «Волшебная осень» 2.Танец «Енотик»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, пяточках, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки», хлопки и притопы, перестроения: линия, колонны, круг		1
	Занятие 8. 1.Танцевальная миниатюра «Осень» 2.Игра-движение «Сапожники»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки», хлопки и притопы перестроения: линия, колонны, круг, шеренги.		1
Н О Я Б Р Ь	Занятие 9. 1. Русский танец «Игра с платочком» 2.Игра-движение «Сапожники»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки». Позиции рук и ног в русском танце, движения: выставление ноги на пятку, топотушки и т.д.	отработать положения рук и ног в русском танце; -движения в русском танце; -чувства ритма, координации движений, памяти и внимания; -умения быстро переключаться от одного движения к другому;	1

	<p>Занятие 10.</p> <p>1. Русский танец «Игра с платочком»</p> <p>2. Упражнение с осенними листьями</p>	<p>Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки». Позиции рук и ног в русском танце, выставление ноги на пятку, шаг с притопом и т д</p>	<p>-формирование навыков ходьбы;</p> <p>-развитие выразительности движений, образного мышления;</p> <p>-учить слышать музыку и отвечать на нее движением.</p>	1
	<p>Занятие 11.</p> <p>1. Познакомить детей с понятиями «зима», «зимние праздники».</p> <p>2. Расширять знание детей о понятиях «линии», «повороты, выпад вправо и влево».</p>	<p>Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки». Позиции рук и ног в русском танце, выставление ноги на пятку, шаг с притопом и т д</p>		1
	<p>Занятие 12.</p> <p>1. Русский танец «Валенки»</p> <p>2. Игра-движение «Антошка</p>	<p>Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки». Позиции рук и ног в русском танце, выставление ноги на пятку, шаг с притопом и т д</p>		1
Д Е К А Б Р Ь	<p>Занятие 13.</p> <p>1. Русский танец «Валенки»</p> <p>2. Игра-движение «Антошка</p>	<p>Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки». Позиции рук и ног в русском танце, выставление ноги на пятку, шаг с притопом и т д</p>		1
	<p>Занятие 14.</p> <p>1. Танец снежинок.</p> <p>2. Игра-движение «Не морозь!»</p>	<p>Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба</p>		1

Д Е К А Б Р Ь		бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки». Позиции рук и ног в русском танце, выставление ноги на пятку, шаг с притопом и т д		
	Занятие 15 1. Танец "Снежинок" 2. Игра-движение «Не морозь!"	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки». Позиции рук и ног в русском танце, выставление ноги на пятку, шаг с притопом и т д		1
	Занятие 16 1. Танец "Снежинок" 2.Игра-движение «Не морозь!	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки». Позиции рук и ног в русском танце, выставление ноги на пятку, шаг с притопом и т д		1
Я Н В А Р Ь	Занятие 17. 1.Танец гномов. 2.Игра-движение «Сапожники»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий «бабочки», прыжки, движения в парах	развитие выразительности движений, образного мышления, чувства ритма; -развитие координации, точности и ловкости движений; -творческого воображения; -способности к импровизации;	1
	Занятие 18-19. 1.Танец гномов. 2.Игра-движение «Сапожники»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий,	-быстроты реакции и координации движений; -памяти, внимания, быстроты реакции; -имитация движений в соответствии с музыкой и выбранным	2

		широкий, прыжковые движения, движения в парах	образом; -образного восприятия музыки	
Ф Е В Р А Л Ь	Занятие 20. 1.Шуточный танец «Поросята» 2.Композиция «Цыплята»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий, широкий, прыжковые движения, движения в парах, шаг польки.	-развитие музыкальности; - умение координировать движение с музыкой; -передавать характер, настроение песни; -отрабатывать бег врассыпную, стайкой; -развитие творческого воображения; -музыкального слуха; -выразительности движений; -формирование навыков ходьбы; -исполнение ритмичных подскоков; -развитие чувства ритма; -отрабатывать перестроение в круг или несколько кругов.	1
	Занятие 21. 1.Шуточный танец «Поросята» 2.Игра «Козочки и волк»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий, широкий, прыжковые движения, движения в парах, шаг польки		1
	Занятие22. 1.Полонез 2.Композиция «Цыплята»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий, широкий, прыжковые движения, движения в парах, шаг польки		1
	Занятие 23-24. 1.Танцевальная миниатюра «Чернильница» 2.Игра-движение «Танец семи фигур»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», прямой галоп, боковой галоп, бег легкий, широкий, прыжковые движения, движения в парах, шаг польки		2
	Занятие 25.	Разминка на месте,		-развитие координации;

М А Р Т	1.Русский танец «Калинка» Танец-игра «Найди себе пару»	имитационные движения (бравый солдат), ходьба на полупальцах, с высоким подъемом колена, легкие подскоки, переменный шаг, шаг польки, прыжковые движения. Элементы удмуртского танца, основные движения, положения рук.	-слухового восприятия и движений; -создание положительной эмоциональной атмосферы; -воспитание ласкового, тёплого отношения друг к другу; -развитие чувства ритма; - коммуникативных навыков;	
	Занятие 26. 1.Русский танец «Калинка» 2.Танец-игра «Комарики»	Разминка на месте, имитационные движения (бравый солдат), ходьба на полупальцах, с высоким подъемом колена, легкие подскоки, переменный шаг, шаг польки, прыжковые движения. Элементы удмуртского танца, основные движения, положения рук.		1
	Занятие 27. 1.Танец «Чертята» 2.Игра «Комарики»	Разминка на месте, имитационные движения (бравый солдат), ходьба на полупальцах, с высоким подъемом колена, легкие подскоки, переменный шаг, шаг польки, прыжковые движения. Элементы удмуртского танца, основные движения, положения рук.		1
	Занятие 28. 1.Танцевальная миниатюра «Море» 2.Танец «Чертята»	Разминка на месте, имитационные движения (бравый солдат), ходьба на полупальцах, с высоким подъемом колена, легкие подскоки, переменный шаг, шаг польки, прыжковые движения. Элементы удмуртского танца, основные движения, положения рук.		1
А П Р Е Л Ь	Занятие 29. 1.Композиция «Красная шапочка» 2.Танец-игра: «Паровозик»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», переменный шаг прямой, боковой галоп,	-развитие точности, ловкости, координации движений; -быстроты реакции; -чувства ритма; -способности к импровизации; -развитие координации движений, чувства	1

		прыжки, подскоки, движения в парах, шаг польки.	ритма; -умения переносить вес тела с ноги на ногу;	
	Занятие 30. 1.Композиция «Красная шапочка» 2. Игра «Комарики»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», переменный шаг прямой, боковой галоп, прыжки, подскоки, движения в парах, шаг польки.	-развитие творческого воображения, внимания памяти и быстроты реакции; -умения согласовывать движения с музыкой; -мягкости и пластичности рук; -умение импровизировать;	1
	Занятие 31. 1.Танец «Кораблики» 2.Танец-игра: «Паровозик»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», переменный шаг прямой, боковой галоп, прыжки, подскоки, движения в парах, шаг польки.	-упражнять работу в парах.	1
	Занятие 32. 1.Танцевальная миниатюра «Ночные бабочки и цветы». 2.Игра-движение «Сладкий апельсин»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», переменный шаг прямой, боковой галоп, прыжки, подскоки, движения в парах, шаг польки.		1
М А Й	Занятие 33. 1.Упражнение с цветами 2.Композиция «Веселая пастушка»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», переменный шаг прямой, боковой галоп, прыжки, подскоки, движения в парах, шаг польки.	-развитие точности, ловкости, координации движений; -чувства ритма; -способности к импровизации; -умения переносить вес тела с ноги на ногу; -развитие творческого воображения, внимания памяти и быстроты реакции;	1
	Занятие 34. 1.Танцевальная миниатюра «Песенка о лете» 2.Композиция «Веселая пастушка»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с	-развитие музыкальности; -упражнять работу в парах; -содействовать	1

		высоким подъемом колена «цапля», переменный шаг прямой, боковой галоп, прыжки, подскоки, движения в парах, шаг польки.	выразительному и синхронному исполнению движений.	
	Занятие 35. 1.Танцевальная миниатюра «Песенка о лете» 2.Танец-игра: «Паровозик»	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», переменный шаг прямой, боковой галоп, прыжки, подскоки, движения в парах, шаг польки.		1
	Занятие 36. 1.Игра-движение «Машины» 2.«Вот, чему мы научились!»- повторение плясок по выбору.	Разминка на месте, общеразвивающие упражнения, шаг с носка, ходьба на носочках, ходьба бодрая, пружинящим шагом, спокойная, на полупальцах, с высоким подъемом колена «цапля», переменный шаг прямой, боковой галоп, прыжки, подскоки, движения в парах, шаг польки.		1
Итого				36

## 2. Содержание программы

В этом возрасте ребенок – дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

Основное содержание

### 1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр

(высокий, низкий, средний); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3 частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;

- развитие способности различать жанр произведения – плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру и выразить это в соответствующих движениях.

## 2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным» шагом, с ускорением замедлением;

- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;

- прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «легкий» и «сильный» и др.;

Общеразвивающие упражнения - на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

Имитационные движения - различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе» и т.д.);

Плясовые движения – элементы народных плясок и детского балетного танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.).

## 4. Развитие творческих способностей:

- Развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;

- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

## 5. Развитие и тренировка психических процессов:

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – по фразам;

- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления – на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);

- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде».

6. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам;

- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;

- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр);

- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослого: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Показатели уровня развития детей:

- выразительность исполнения движений под музыку;

- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;

- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;

- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;

- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;

- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

#### **4. Методическое обеспечение**

*Условия реализации программы*

Для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, концерты, творческие отчеты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т. д. Кроме того, необходимы следующие средства обучения:

- Светлый и просторный зал.
- Музыкальная аппаратура.
- Сценические костюмы.
- Реквизит для танцев.

*Картотека примерных танцевальных движений*

Подготовительные танцевальные упражнения (разминка)

Движения головой:

- наклон вперед и назад
- наклон влево и вправо
- поворот вправо и влево
- круговое движение влево и вправо
- выдвигание влево и вправо
- выдвигание вперед и назад

Движение плечами:

- поднимание и опускание одновременно двумя плечами
- поднимание и опускание поочередно

- отведение назад и приведение вперед одновременно двумя плечами
- отведение назад и приведение вперед поочередно
- круговое движение вперед и назад одновременно двумя плечами
- круговое движение вперед и назад поочередно

#### Движение руками:

- поднимание и опускание прямых рук в разных направлениях
- поднимание и опускание согнутых рук в разных направлениях
- вращательные движения согнутыми в локтях руками перед собой наклоняясь вперед и назад («моторчик»)
- вращательные движения согнутыми в локтях руками перед собой поворачивая корпус влево и вправо («моторчик»)
- «ударные», пружинистые движения вниз и в сторону одновременно двумя локтями
- «ударные», пружинистые движения вниз и в сторону поочередно правым и левым локтем
- одинарные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу
- двойные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу
- тройные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу
- одинарные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам
- двойные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам
- тройные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам
- диагональное движение правой рукой: правая рука сначала показывает вверх вправо, потом вниз влево
- диагональное движение левой рукой: левая рука сначала показывает вверх влево, потом вниз вправо
- «горизонтальная волна» (выполняется горизонтальным волнообразным движением руки от кончиков пальцев до локтя) правой и левой рукой
- «вертикальная волна» (выполняется вертикальным волнообразным движением руки от кончиков пальцев до локтя) правой и левой рукой
- сжимание и разжимание пальцев в различных положениях рук одновременно двумя руками
- сжимание и разжимание пальцев в различных положениях рук поочередно правой и левой рукой
- сжимание и разжимание пальцев рук в различных ритмических рисунках и темпе

#### Движение корпусом:

- наклон прямого туловища вперед и назад, влево и вправо
- наклон расслабленного, мягкого туловища, с головой вперед-назад, влево-вправо
- сдвигание вперед и назад, влево и вправо
- «волна-2» (выполняется вертикальное волнообразное движение туловищем, начиная с головы и закачивая тазом)

#### Движение ногами:

- одинарные притопы одной и двумя ногами
- двойные притопы одной и двумя ногами
- тройные притопы одной и двумя ногами
- приставные шаги влево и вправо, вперед и назад
- шаг марша на месте и с продвижением в различном темпе
- выставление ноги на носочек и на пяточку в разных направлениях
- поднимание и опускание прямой в колене ноги в разных направлениях
- поднимание и опускание согнутой в колене ноги в разных направлениях • махи ногой вперед и назад, вправо и влево

- «гармошка» (простая и усложненная)
- «ковырялочка» с притопами, поворотом, прыжком, хлопком

#### Ходьба:

- на носочках
- в полуприседе
- с притопом
- чередуясь с поворотом, с прыжком
- сочетая с хлопками, притопами, разворотом корпуса вправо и влево
- с различным положением и движением рук
- боковой и прямой скрестный шаг

#### Пространственная ориентация и построение

- шеренга
- колонна
- построения и перестроения по два и по четыре
- фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно
- круг по одному, парами, лицом и спиной
- принцип дробления и собирания круга.

#### Подскоки:

- на месте
- с продвижением вперед и назад
- влево и вправо

#### Галоп:

- прямой
- боковой

#### Вращения:

- на месте и с продвижением
- на одной ноге на месте и с продвижением
- в беге и прыжках

#### Приседание и полуприседания:

- на двух ногах с отведенной ногой в сторону, вперед и назад
- пружинка обычная и разворотом корпуса вправо и влево

#### Прыжки:

- одинарные, двойные, тройные
- на двух и одной ноге на месте
- на одной и двух ногах с продвижением вперед и назад, влево и вправо, в повороте на месте и с продвижением
- ноги вместе — ноги врозь на месте и с продвижением
- ноги вместе — ноги крест-накрест на месте и с продвижением
- выпад вперед на одну ногу, прыжком поменять ноги («лыжи»)
- двойной прыжок на месте и с продвижением — ноги врозь в полу присед • в различных ритмических рисунках

#### Музыкально-ритмические упражнения:

- хлопки в ладошки на счет и через счет
- топание ногой на счет и через счет

- комбинации хлопков на различных ритмических рисунках
- уменьшение круга на уменьшение звука, увеличение круга на усиление звука
- поднимание и опускание рук на определенный счет
- ходьба на каждый счет и через счет
- прыжки на каждый счет и через счет
- игра в «ладушки» с партнером на определенный счет

#### Элементы классического танца

- постановка корпуса
- понятие рабочая нога и опорная нога
- положение рук
- положение и поворот головы
- приседания (plie)
- приведение и отведение ноги вперед, в сторону и назад (battement tendu)
- поднимание на полу пальцы и опускание (releve)
- перегиб корпуса вперед и в сторону

#### Элементы народного танца

- поклон
- положение рук (на пояс с раскрытыми пальцами и в кулачке, полочка, в стороны, вверх, с платком)
- положение рук в паре (за руки внизу, вытянутые вперед, под руку, за плечи, за спину)
- движение рук
- простой, боковой, переменный ход
- притопы
- удары полу пальцами и каблуком
- «ковырялочка»
- «гармошка»
- галоп, подскоки
- присядка
- хлопки и хлопушки
- вращения на полу пальцах и в беге

#### Элементы современного танца

Различные движения:

- головой
- руками
- плечами
- корпусом
- ногами
- вариативные прыжки на месте и с продвижением
- наклоны и прогибы

#### Творческие задания

- показать, как танцуют куклы
- показать, как танцуют роботы
- показать, как танцуют животные (кошка, обезьяна, бабочка, попугай и др.)
- показать, как танцует грустный, веселый, усталый человека
- показать, как танцует балерина
- показать, как могли бы танцевать инопланетяне под космическую музыку
- показать, как танцуют люди разных профессий — плотник с молотком, повар с половником, мама с ребенком, водитель с рулем и др.

## **5. Список используемой литературы**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. С-П., 2000.
2. Климов А. Основы русского народного танцев. М., 1981.
3. Стуколкина Н. Четыре экзерсиза. М., 1972.
4. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. М., 2006.
5. Голейзовский К. Образы русской хореографии. М., 1964.
6. Зарецкая Н., Роот З. Танцы в детском саду. М., 2008.